



MODEL PENCEGAHAN MASALAH KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA DALAM UPAYA MEWUJUDKAN KAMPUS SEHAT

Zulian Effendi^{1*}, Antarini Indriasari², Zikran³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya
zulian.effendi@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Kondisi kesehatan mental mahasiswa di Indonesia saat ini memerlukan perhatian seksama dari para pakar dan pemegang kebijakan. Hal ini disebabkan karena beberapa hasil penelitian menemukan adanya permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan mental mahasiswa yang dapat memengaruhi kualitas dan kuantitas mahasiswa untuk melakukan aktivitas akademik. Tujuan dari penelitian ini untuk merancang model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dalam upaya menciptakan kampus yang sehat. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *research and development*. Pada penelitian ini dilakukan dalam 6 tahap, yaitu *Concept* (konsep), *Design* (perancangan), *Material Collection* (pengumpulan materi), *Assembly* (pembuatan), *Testing* (pengujian) dan *Distribution* (distribusi). Penelitian ini menghasilkan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa berupa produk aplikasi berbasis web yang diberi nama *EMPHATY-UNSRI* (*Electronic Mental & Psychology Health for Your Information Universitas Sriwijaya*). Pengembangan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa yang diberi nama *EMPHATY-UNSRI* dilakukan dalam 6 tahap yaitu diawali dengan konsep melalui proses identifikasi kebutuhan, dilanjutkan dengan pengumpulan data melalui FGD yang dihadiri praktisi keperawatan jiwa. Setelah itu tahap yang ke dua yaitu mendesain model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dengan membuat prototipe model pencegahan. Selanjutnya dilakukan tahap ke tiga yaitu pengumpulan materi terkait literasi keperawatan mental pada mahasiswa melalui tinjauan pustaka. Tahap ke empat dilakukan pembuatan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa berupa produk aplikasi berbasis web. Tahap ke lima dilakukan tahap pengujian aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* melalui evaluasi stakeholder dan ujicoba model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Tahap terakhir yaitu pendistribusian meluas melalui website dengan alamat domain www.emphaty-unsri.com.

Kata kunci: Kampus Sehat; Kesehatan Mental; Mahasiswa

Abstract

*The current state of student mental health in Indonesia requires careful attention from experts and policy holders. This is because several research results found problems related to student mental health that can affect the quality and quantity of students to carry out academic activities. The purpose of this study is to design a model of prevention of mental health problems in students in an effort to create a healthy campus. The research method used in this study using research design *research and development*. This research was conducted in 6 stages, namely concept, Design, Material Collection, Assembly, Testing and Distribution. This research produces a model of prevention of mental health problems in students in the form of a web-based application product named *EMPHATY-UNSRI* (*Electronic Mental & Psychology Health for Your Information, Sriwijaya University*). The development of a model for preventing mental health problems in students named *EMPHATY-UNSRI* was carried out in 6 stages, starting with the concept through the process of identifying needs, followed by data collection through FGDs attended by mental nursing practitioners. After that, the second stage is to design a model for preventing mental health problems in students by making a prototype of a prevention model. Furthermore, the third stage is the collection of materials related to mental nursing literacy in students through literature review. The fourth stage is to make a model for preventing mental health problems in students in the form of web-based application products. The fifth stage is the testing phase of *EMPHATY-UNSRI* web application through stakeholder evaluation and testing of mental health prevention models on students. The last stage is the distribution extends through the website with a domain address www.emphaty-unsri.com.*

Keywords: *Healthy Campus; Mental Health; Students*

PENDAHULUAN

Kondisi kesehatan mental mahasiswa di Indonesia saat ini memerlukan perhatian seksama dari para pakar dan pemegang kebijakan. Hal ini disebabkan karena beberapa hasil penelitian menemukan adanya permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan mental mahasiswa (Deliviana et al., 2021; Ngapiyem, 2020). Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki masalah yang berhubungan dengan kecemasan dan depresi (Chow, 2017; Wang, 2020). Selain itu, mereka juga memiliki permasalahan yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologisnya (Bono, 2020). Hasil penelitian tersebut menunjukkan pentingnya kajian yang serius tentang kesehatan mental pada mahasiswa.

Mahasiswa di perguruan tinggi merupakan sekelompok individu yang memiliki karakteristik pribadi berdasarkan usia transisi yang memiliki beberapa ciri yang menantang. Berdasarkan usia yang sebagian besar di bawah 24 tahun memiliki presentase kesehatan yang memungkinkan perlu datang ke unit konseling (Macaskill, 2013). Selain itu menurut Kermode (2007) bahwa kampus juga dapat menjadi sumber stres karena terdapat beragam kompetisi dan persaingan sosial. Bahkan menurut Douce (2014), keberhasilan yang diraih di sepanjang masa pendidikan tinggi akan memengaruhi kehidupan dan karir, sehingga mahasiswa perlu menyiapkan diri untuk belajar.

Adanya kondisi masalah kesehatan mental seperti stres, cemas dan depresi serta gangguan lainnya tentu akan memengaruhi kualitas dan kuantitas mahasiswa untuk melakukan aktivitas akademik. Lebih lanjut kondisi mahasiswa dengan masalah kesehatan mental akan menurunkan kapasitas dan fleksibilitas fungsi kognitif dan emosional yang mempengaruhi kemampuan kreatif dan kesiapan menghadapi informasi dan tantangan baru (Douce, 2014). Mahasiswa sebagai individu yang berada di tahap awal memasuki beragam perubahan akan menghadapi banyak variasi masalah psikologis, jika tidak siap dengan coping stress. Terdapat pula data dari survey yang dilakukan untuk mendeteksi risiko bunuh diri di kampus, diketahui bahwa terdapat kecenderungan mahasiswa dengan risiko bunuh diri. Hingga saat ini juga ditemui adanya mahasiswa depresi sehingga mempengaruhi proses kuliahnya.

Mahasiswa memang merupakan kelompok populasi yang lebih rentan mengalami masalah psikologis dibandingkan populasi umum (Browning, 2021). Terjadinya pandemi COVID-19 yang mengubah secara drastis berbagai segi kehidupan termasuk pengalaman pembelajaran dapat melipatgandakan berbagai masalah psikologis yang sudah dimiliki sebelumnya. Peningkatan prevalensi masalah psikologis pada mahasiswa sejalan dengan data dari riset kesehatan

dasar (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2018) bahwa pada penduduk usia 15 tahun ke atas prevalensi gangguan mental emosional yang ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan meningkat dari 6,1% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada 2018, sementara prevalensi orang gangguan jiwa berat (skizofrenia/psikosis) meningkat dari 0,15% menjadi 0,18%. Saat pandemi COVID-19, survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesial Kesehatan Jiwa Indonesia mengidentifikasi empat masalah yang banyak dialami masyarakat yaitu masalah kecemasan, depresi, trauma psikologis, dan masalah psikologis lainnya masing-masing sebanyak 69 %, 68 %, 77 % dan 69 % (Kaligis, Indraswari, & Ismail, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh WHO dalam World Mental Health International College Student project yang meneliti sembilan belas universitas di delapan negara ditemukan bahwa 35 persen mahasiswa seumur hidupnya mengalami setidaknya satu mental disorder DSM-IV yaitu anxiety, mood, atau substance disorder dimana dan 31,4 persen mengalaminya dalam rentang 12 bulan terakhir (Auerbach et al, 2018). Penelitian juga dilakukan oleh Sanyoto (2017) mengenai masalah kesehatan jiwa mahasiswa baru di sebuah universitas di Jakarta. Hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa 12,69 persen mahasiswa mengalami masalah kejiwaan.

Pada mahasiswa, gangguan kesehatan mental yang dialami dapat berpengaruh terhadap kondisi akademik. Penelitian yang dilakukan Heiligenstein et al. menyatakan bahwa penurunan nilai akademik sangat sering terjadi pada mahasiswa yang mengidap depresi. Dalam penelitiannya, ditemukan bahwa siswa dengan gangguan akademik, 16 persen mengalami depresi ringan, 43 persen menunjukkan depresi sedang, dan 41 persen mengalami depresi berat. Dapat disimpulkan bahwa terganggunya kesehatan mental secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi kesehatan seseorang yang pada akhirnya akan mempengaruhi aktivitasnya dalam menjalani peran kehidupannya. Dengan adanya kasus-kasus di atas menunjukkan bahwa perlu untuk mengkaji lebih jauh mengenai kondisi kesehatan mental mahasiswa agar dapat mengantisipasi dampak-dampak yang akan merugikan bagi mahasiswa itu sendiri, institusi, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Melihat banyaknya dampak negatif dari masalah kesehatan mental pada mahasiswa, maka sudah sepantasnya dikembangkan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dalam upaya menciptakan kampus yang sehat melalui inovasi yang berjudul "EMPHATY (Electronic Mental & Physical Health for Your Information)" sebagai pemanfaatan teknologi dalam mendeteksi dini masalah kesehatan mental mahasiswa yang

fleksibel, mudah, menarik dan mampu memberikan penanganan kebutuhan mahasiswa terkait kesehatan mental. Dengan adanya aplikasi ini diharapkan dapat mengurangi angka masalah kesehatan mental serta meningkatkan *self care* pada mahasiswa.

METODE

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *research and development* yaitu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan suatu produk tertentu. Pada penelitian ini dilakukan dalam 6 tahap, yaitu *Consept* (konsep), *Design* (perancangan), *Material Collection* (pengumpulan materi), *Assembly* (pembuatan), *Testing* (pengujian) dan *Distribution* (distribusi).

Tahapan awal adalah identifikasi masalah, setelah itu dilakukan pemecahan masalah dengan membuat konsep dan mencari referensi pada tinjauan pustaka. Langkah selanjutnya akan didapatkan hipotesa yaitu, konsep perancangan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Selanjutnya dilakukan pengumpulan materi pembuatan model pencegahan masalah kesehatan mental dan memvalidasinya. Langkah selanjutnya pembuatan model pencegahan masalah kesehatan mental yang diberi nama *Electronic Mental & Physical Health for Your Information* atau disingkat dengan *EMPHATY*. Setelah model pencegahan masalah kesehatan mental selesai dibuat, tahap selanjutnya dilakukan pengujian terhadap model yang dibuat secara konten dan instrumen oleh ahli media dan ahli materi. Selanjutnya tahap akhir melakukan distribusi melalui ke mahasiswa di universitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa berupa produk aplikasi berbasis web yang diberi nama *EMPHATY-UNSRI* (*Electronic Mental & Psychology Health for Your Information Universitas Sriwijaya*). Pengembangan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa yang diberi nama *EMPHATY-UNSRI* dilakukan dalam 6 tahap yaitu diawali dengan konsep melalui proses identifikasi kebutuhan, dilanjutkan dengan pengumpulan data melalui FGD yang dihadiri praktisi keperawatan jiwa. Setelah itu tahap yang ke dua yaitu mendesain model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dengan membuat prototipe model pencegahan. Selanjutnya dilakukan tahap ke tiga yaitu pengumpulan materi terkait literasi keperawatan mental pada mahasiswa melalui tinjauan pustaka. Tahap ke empat dilakukan pembuatan model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa berupa produk

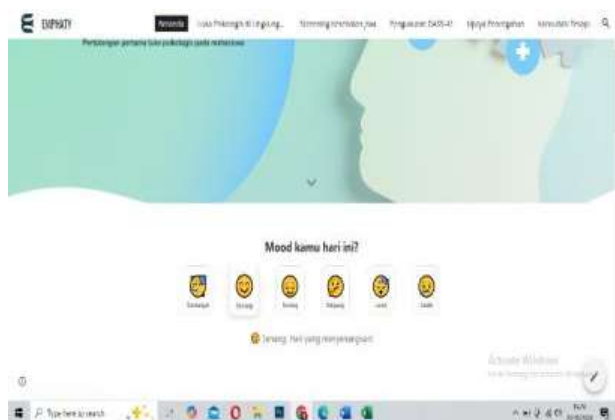
aplikasi berbasis web. Setelah aplikasi rampung, selanjutnya ialah melakukan validasi oleh ahli media dan ahli materi. Validasi ahli media mencakup aspek bahasa, aspek rekayasa perangkat dan aspek komunikasi visual. Hasil perolehan penilaian kelayakan oleh ahli media ialah dengan presentase kelayakan 87% yang termasuk kategori “Sangat Layak”. Sedangkan validasi ahli materi mencakup aspek relevansi materi, aspek evaluasi, aspek kemanfaatan dan aspek bahasa. Hasil perolehan penilaian kelayakan oleh ahli materi ialah dengan presentase kelayakan 90% yang termasuk kategori “Sangat Layak”. Tahap ke lima dilakukan tahap pengujian aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* melalui evaluasi stakeholder dan ujicoba model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Tahap terakhir yaitu pendistribusian meluas melalui website dengan alamat domain www.emphathy-unsri.com.

EMPHATY-UNSRI memiliki fitur-fitur unggulan yang tersedia untuk mencegah masalah-masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Adapun fitur-fitur yang diberikan pada *EMPHATY-UNSRI* terdiri dari 6 fitur unggulan yaitu fitur beranda, fitur luka psikologi di lingkungan kampus, fitur screening kesehatan jiwa, fitur upaya pencegahan, fitur terapi untuk mengatasi kesehatan mental mahasiswa dan fitur konsultasi terapi.

Fitur beranda pada aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* berisikan tampilan awal depan yang menggambarkan informasi singkat terkait *EMPHATY-UNSRI* (Gambar 1). Pada fitur beranda ini juga berisikan kondisi mood harian yang dapat dipilih mahasiswa sesuai dengan kondisi perasaannya yang dirasakan mahasiswa pada saat sekarang (Gambar 2). Selain itu pada fitur beranda ini dilengkapi dengan informasi terkait kesehatan mental dari mulai pengertian, rentang sehat sakit jiwa, dan data terkait prevalensi masalah kesehatan mental pada remaja dan mahasiswa (Gambar 3).



Gambar 1
Tampilan Awal Depan *EMPHATY-UNSRI*



Gambar 2
Tampilan mood harian



Gambar 3
Tampilan Literasi Kesehatan Mental

Fitur luka psikologis di lingkungan kampus pada aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* berisikan informasi terkait definisi luka psikologis, tanda umum luka psikologis, gejala krisis psikologis, gangguan psikologis yang umum terjadi pada mahasiswa (Gambar 4).



Gambar 4
Tampilan fitur luka psikologis di kampus

Fitur screening kesehatan jiwa pada aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* berisikan deteksi dini masalah

kesehatan mental dengan menggunakan kuesioner SRQ (Gambar 5).



Gambar 5
Tampilan fitur screening kesehatan jiwa

Fitur upaya pencegahan pada aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* berisikan tentang cara-cara yang bisa dilakukan mahasiswa untuk mengelolah stress (Gambar 6). Selain itu dalam fitur upaya pencegahan berisikan terapi untuk mengatasi masalah kesehatan mental serta langkah-langkah yang bisa diterapkan jika memiliki tanda dan gejala masalah kesehatan mental (Gambar 7).



Gambar 6
Tampilan fitur upaya pencegahan



Gambar 7
Tampilan fitur terapi untuk mengatasi masalah kesehatan mental

Fitur layanan konsultasi pada aplikasi web *EMPHATY-UNSRI* berisikan layanan konsultasi terhadap masalah-masalah kesehatan jiwa bersama dengan praktisi keperawatan jiwa yang berkompeten di bidang masalah kejiwaan (Gambar 8). Mahasiswa dapat berkonsultasi dan berinteraksi langsung terkait permasalahan kesehatan jiwa yang dialaminya bersama para praktisi-praktisi keperawatan jiwa.



Gambar 8
Tampilan fitur konsultasi online

Aplikasi diujicobakan kepada *stakeholder* yaitu perawat yang bertugas sebagai tim medis kesehatan yang tergabung dalam Ikatan Perawat Kesehatan Jiwa Indonesia Korwil Sumatera Selatan dan 349 mahasiswa keperawatan.

Uji coba dilakukan pada mahasiswa yang melibatkan 349 responden. Mahasiswa diminta untuk mengisi kuesioner yang berisi tanggapan terhadap aplikasi media yang dibuat. Hasil kuesioner yang diberikan kepada remaja disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Kuisisioner Uji Coba pada Mahasiswa

No	Indikator	Persentase Rata-rata	Keterangan
1.	Tampilan website	87 %	Sangat Layak
2.	Pengoperasian website	78 %	Layak
3.	Penyajian website	85 %	Sangat Layak
4.	Penggunaan website	82 %	Sangat Layak
Rata-Rata Keseluruhan		83 %	Sangat Layak

Pembahasan

Perkembangan teknologi informasi khususnya perangkat lunak sudah banyak dikembangkan dalam bidang keperawatan. Teknologi informasi yang dikembangkan bertujuan agar memberikan kemudahan pada perawat dan meningkatkan mutu pelayanan

kesehatan (Hamzah, 2016). Namun, pengembangan sistem informasi dan teknologi yang secara khusus mengenai model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dalam bentuk web maupun aplikasi belum banyak dilakukan. Aplikasi ini sangat berguna bagi mahasiswa dalam mengidentifikasi masalah kesehatan mental serta mengatasi masalah-masalah kesehatan mental secara lebih efektif dan efisien.

Hasil penelitian ini didapatkan sistem informasi dan teknologi dalam bidang keperawatan dalam bentuk aplikasi berbasis website yang diberi nama *EMPHATY-UNSRI* (*Electronic Mental & Psychology Health for Your Information Universitas Sriwijaya*). *EMPHATY-UNSRI* ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan mahasiswa terhadap literasi kesehatan jiwa dan mencegah masalah-masalah kesehatan mental yang muncul agar tidak menjadi gangguan kejiwaan.

EMPHATY-UNSRI memiliki fitur-fitur unggulan yang tersedia untuk mencegah masalah-masalah kesehatan mental pada mahasiswa. Adapun fitur-fitur yang diberikan pada *EMPHATY-UNSRI* terdiri dari 6 fitur unggulan yaitu fitur beranda, fitur luka psikologi di lingkungan kampus, fitur screening kesehatan jiwa, fitur upaya pencegahan, fitur terapi untuk mengatasi kesehatan mental mahasiswa dan fitur konsultasi terapi. Salah satu fitur yang menjadi unggulan adalah screening deteksi dini masalah kesehatan mental yang dapat mendeteksi masalah kesehatan mental sehingga masalah kesehatan mental bisa diketahui secara dini. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prabandari & Indriana (2018) tentang Pengaruh Psikoedukasi Daring Terhadap Intensi “Health-Seeking” Informal Pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro, yang menyatakan bahwa dengan dilakukan pendeteksian dini pada kesehatan seseorang akan membuat prevalensi terjadinya masalah kesehatan bisa ditekan.

Pencegahan pada terjadinya gangguan kesehatan mental pada mahasiswa di kampus bisa dilakukan skrining awal tanda dan gejala kesehatan mental oleh petugas kampus yang memiliki kewenangan dalam menangani kasus ini (McLafferty, et all, 2018). Skrining adalah penerapan serangkaian tes atau prosedur yang dilakukan untuk mendeteksi potensi gangguan kesehatan atau penyakit tertentu pada seseorang. skrining merupakan suatu metode yang tepat untuk menganalisa seberapa banyak dan jauh mahasiswa mengalami tingkat stress yang merupakan bagian dari gangguan kesehatan mental. Pada saat gangguan kesehatan mental itu sudah terjadi pada mahasiswa, intervensi UVC berbasis online seperti melalui pemberian informasi melalui website bisa dilakukan untuk menstabilkan kesehatan mental pada mahasiswa. UVC (Uni Vertal Clinic) online merupakan metode berbasis online yang

memberikan sebuah intervensi pada seseorang yang mengalami stress dalam bentuk pembelajaran-pembelajaran tentang manajemen coping yang sehat. Dalam pemberian intervensi ini diharapkan seseorang bisa melakukan manajemen stres dalam menghadapi tekanan-tekanan yang ada (Farrer, 2019).

Pada mahasiswa, gangguan kesehatan mental yang dialami dapat berpengaruh terhadap kondisi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Heiligenstein et al. menyatakan bahwa penurunan nilai akademik sangat sering terjadi pada mahasiswa yang mengidap depresi. Dalam penelitiannya, ditemukan bahwa siswa dengan gangguan akademik, 16 persen mengalami depresi ringan, 43 persen menunjukkan depresi sedang, dan 41 persen mengalami depresi berat (Heiligenstein, 2019). Dapat disimpulkan bahwa terganggunya kesehatan mental secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi kesehatan seseorang yang pada akhirnya akan mempengaruhi aktivitasnya dalam menjalani peran kehidupannya. Dengan adanya kasus-kasus di atas menunjukkan bahwa perlu untuk mengkaji lebih jauh mengenai kondisi kesehatan mental mahasiswa agar dapat mengantisipasi dampak-dampak yang akan merugikan bagi mahasiswa itu sendiri, institusi, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Penggunaan model pencegahan masalah kesehatan mental berbasis web seperti aplikasi *EMPHATY-UNSRI* memungkinkan dapat menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa terkait informasi-informasi cara penanganan masalah-masalah kesehatan mental. Pengembangan model pencegahan masalah kesehatan mental dapat membantu mahasiswa dalam mendeteksi dini masalah kesehatan mental serta memberikan informasi dan solusi dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental pada mahasiswa secara mudah dan efisien. Hal ini sejalan dengan pernyataan Conner dan Walsh menekankan bahwa website memfasilitasi berbagi informasi dengan mudah dan efisien (Conner, S., & Walsh, S, 2016). Google Sites menawarkan antarmuka yang intuitif dan ramah pengguna, membuatnya cocok digunakan oleh mahasiswa. Akses situs dapat dilakukan dari berbagai perangkat dengan koneksi internet, tanpa memerlukan instalasi perangkat lunak tambahan. Fitur ini ditawarkan secara gratis dan dijamin keberlanjutannya, serta terintegrasi dengan G Suite for Education, memberikan dukungan dan pembaruan yang dapat diandalkan (Putri, A. K., & Susilowibowo, 2023)

Hasil uji coba kelayakan pada mahasiswa yang berisi tanggapan terhadap aplikasi media *EMPHATY-UNSRI* didapatkan hasil bahwa aplikasi website *EMPHATY-UNSRI* sangat baik dengan skor rata-rata 83%. Mahasiswa terlihat tertarik dan antusias pada website *EMPHATY-UNSRI* karena tampilannya yang minimalis,

informatif, dan kekinian, sehingga mudah dinavigasi dan menarik secara visual. Materi yang disajikan juga mudah dipahami, dengan gambar-gambar menarik dan ikonik yang meningkatkan daya tarik situs tersebut. Google Sites mendukung integrasi berbagai jenis konten, seperti teks, visual, video, dan audio, yang menstimulasi modalitas visual dan auditori (Widayanti, 2023). Website *EMPHATY-UNSRI* menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran. Stimulus yang diterima oleh panca indera kemudian diteruskan oleh saraf sensorik ke korteks serebral, yang berfungsi sebagai pusat kontrol yang menerima dan memproses informasi sensorik. Semakin banyak panca indera yang terlibat dalam proses belajar, maka hasil belajar yang diperoleh akan semakin baik (Irawan et all, 2023) Hal ini digambarkan oleh Edgar Dale dalam piramida belajar, di mana kemampuan mengingat kembali pesan-pesan dapat mencapai 50% ketika menggunakan media yang menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran (Azzahra & Ranakabbani, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, maka peneliti menyimpulkan bahwa model pencegahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa dalam upaya menciptakan kampus yang sehat dilakukan dalam 6 tahap, yaitu *Concept* (konsep), *Design* (perancangan), *Material Collection* (pengumpulan materi), *Assembly* (pembuatan), *Testing* (pengujian) dan *Distribution* (distribusi). Tahap awal yaitu analisis kebutuhan yang menjadi standar dalam pembuatan media, kemudian mendesain media dengan membuat storyboard. Setelah itu melakukan pengumpulan materi dalam pembuatan model pecegahan masalah kesehatan mental. Setelah itu, membuat media dan dievaluasi oleh ahli media dan ahli materi untuk menguji kelayakan media dan mahasiswa yang didapatkan hasil dalam katagori sangat layak. Tahap terakhir yaitu pendistribusian meluas melalui website dengan alamat domain www.emphaty-unsri.com.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, R. A., & Ranakabbani, R. (2023). Analisis dalam Penentuan Media Pembelajaran untuk Mata Pelajaran Di Jenjang Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 2(1), 363–375. <https://doi.org/10.47233/jpst.v2i2.866>
- Bono, G. (2020). Stress and wellbeing in urban college students in the u.S. during the covid-19 pandemic: Can grit and gratitude help? *International Journal of Wellbeing*, 10(3), 39–57. <https://doi.org/10.5502/ijw.v10i3.1331>

- Browning, M. H. E. M., Larson, L. R., Sharaievska, I., Rigolon, A., McAnirlin, O., Mullenbach, L., ... Alvarez, H. O. (2021). Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. *PloS One*, 16(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245327>
- Chow, P. I. (2017). Using mobile sensing to test clinical models of depression, social anxiety, state affect, and social isolation among college students. *Journal of Medical Internet Research*, 19(3). <https://doi.org/10.2196/jmir.6820>
- Conner, S., & Walsh, S. (2016). *Google Sites and Chrome for Dummies*. USA : John Wiley & Sons.
- Deliviana, E., Maria Helena Erni, Putri Melina Hilery, & Novi Melly Naomi. (2021). Pengelolaan Kesehatan Mental Mahasiswa Bagi Optimalisasi Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 3(2). <https://doi.org/10.33541/jsvol2iss1pp1>
- Douce, L. A., Keeling, R. P., Collins-eaglin, J., Kilmer, J. R., Olson, T. A., & Sponsler, B. A. (2014). *Primer on College Student Mental Health* Authors.
- Farrer, L. M., Gulliver, A., Katruss, N., Fassnacht, D. B., Kyrios, M., & Batterham, P. J. (2019). A novel multi-component online intervention to improve the mental health of university students: Randomised controlled trial of the Uni Virtual Clinic. *Internet Interventions*, 18, 100276. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2019.100276>
- Hamzah. (2016). Rancang Bangun Sistem Informasi Asuhan Keperawatan Bagi Penderita Pneumonia. *Jurnal Sistem Informasi*, 8(1), 894-904. <http://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jsi/index>
- Heiligenstein, E., Guenther, G., Levy, A., Savino, F., & Fulwiler, J. (2019). Psychological and academic functioning in college students with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of American college health : J of ACH*, 47(4), 181–185.
- Irawan, D., Mulyati, M., Suhendra, R. N., Ferwani, S., Lumbantoruan, D. Y. R., Putri, M., Febriani, Y. N. (2023). Penggunaan Media Pembelajaran Google Sites Fiksi dan Nonfiksi Bahasa Indonesia Kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Tanjungpinang. *Journal of Education Research*, 4(3), 1275–1283. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i3.339>
- Kaligis, F., Indraswari, M. T., & Ismail, R. I. (2020). Stress during COVID-19 pandemic: Mental health condition in Indonesia. *Medical Journal of Indonesia*, 29(4). <https://doi.org/10.13181/mji.bc.204640>
- Kementrian Kesehatan Indonesia. (2018). *Riset Dasar Kesehatan*. Retrieved from <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Kermode, M., Herrman, H., Arole, R., White, J., Premkumar, R., & Patel, V. (2007). Empowerment of women and mental health promotion: a qualitative study in rural Maharashtra, India, 10, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-7-225>
- Macaskill, A. (2013). The mental health of university students in the United Kingdom. *British Journal of Guidance and Counselling* (Vol. 41). <https://doi.org/10.1080/03069885.2012.743110>
- McLafferty, M., Lapsley, C. R., Ennis, E., Armour, C., Murphy, S., Bunting, B. P., Bjourson, A. J., Murray, E. K., & O'Neill, S. M. (2017). Mental health, behavioural problems and treatment seeking among students commencing university in Northern Ireland. *PLOS ONE*, 12(12), e0188785. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188785>
- Ngapiyem, R. (2020). Gangguan Mental Emosional: Depresi, Ansietas, Stres Menuju Sehat Jiwa Pada Mahasiswa Keperawatan Semester I Di Salah Satu Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*. <http://repo.stikesbethesda.ac.id/509/>
- Prabandari, K., & Indriana, Y. (2018). Pengaruh Psikoedukasi Daring terhadap Intensi “Health-Seeking” Informal Pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro. *Empati*, 7(3), 216–223.
- Putri, A. K., & Susilowibowo, J. (2023). Pengembangan Media Praktikum Menggunakan Google Site Terintegrasi Pada Materi Pencatatan Persediaan Kelas XI SMK. *Edunusa: Journal of Economics and Business Education*, 51–64.
- Wang, Z. H. (2020). Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders*, 275, 188–193. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.034>
- Widayanti, Y., & Rahmawati, S. (2022). Gesit Edusex: Pengembangan Media Berbasis Google Sites Sebagai Media Pengetahuan Seks Di Kalangan Mahasiswa. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 6(4), 1245. <https://doi.org/10.33578/pjr.v6i4.8841>