



Literatur Review: Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Teknologi Internet

Rudi Abas¹, Sukihananto Sukihananto²

Mahasiswa Magister Keperawatan Jiwa FIK Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat -16424

Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat -16424

¹rudiabas@gmail.com / 0813 4620 6XXX

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima 18 Nov 2022
Disetujui 19 Nov 2022
Di Publikasi 01 Mei 2023

Keywords:
Intervensi Kesehatan mental;
teknologi internet

DOI
<https://doi.org/10.32763/juke.v16i1.694>

Abstrak

Latarbelakang: Kemajuan teknologi di zaman sekarang ini memudahkan berbagai proses semakin cepat, efektif, dan tidak perlu waktu lama. Internet merupakan cara yang efektif untuk mengurangi keterbatasan serta menjembatani pemberian berbagai layanan kesehatan, termasuk kesehatan mental. Intervensi kesehatan mental berbasis internet dapat dilakukan untuk memfasilitasi pelayanan kesehatan mental bagi mereka yang membutuhkan. **Tujuan:** Tujuan dari studi ini untuk menggambarkan Intervensi Kesehatan mental berbasis teknologi internet. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur. Pencarian sumber telaah dibatasi pada literatur dengan tahun publikasi antara tahun 2018-2022. **Hasil:** Pencarian artikel pada tiga basis data daring (Pubmed, ProQuest dan Google Scholar) menghasilkan 379 artikel, kemudian diekstraksi berdasarkan dengan kriteria inklusi menghasilkan 11 artikel yang sesuai dengan topik dalam penelitian ini dan dianggap layak untuk dianalisis. **Kesimpulan:** Secara keseluruhan intervensi kesehatan mental berbasis internet dapat meningkatkan kesehatan mental, menurunkan tingkat stress, depresi, cemas dan gangguan Kesehatan mental lainnya.

Literature Review: Mental Health Intervention Internet-Based Technology

Abstract

Background: Advances in technology nowadays make it easier for various processes to be faster, more effective and time saving. The Internet is an effective way to reduce limitations and can be a bridge for various health services delivery including mental health. Internet-based mental health interventions can be carried out to facilitate mental health services for those in need. **Objective:** The purpose of this study is to describe an Internet-based technology in mental health intervention. **Methods:** The method used in this research was literature review for articles published between 2018-2022. **Results:** The articles search of three online databases (Pubmed, ProQuest and Google Scholar) resulted 379 articles which then extracted according to the inclusion criteria with remaining 11 articles that matched the topic in this study and were considered worthy of analysis. **Conclusion:** Internet-based mental health interventions can improve mental health, reduce levels of stress, depression, anxiety and other mental health disorders.



Alamat korespondensi:

FIK Universitas Indonesia, Kampus FIK UI, Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat -16424, Indonesia
Email: rudiabas@gmail.com

ISSN 2597-7520

© 2023 Poltekkes Kemenkes Ternate

Pendahuluan

Revolusi Industri 4.0 memiliki efek pada berbagai bidang, yakni, ekonomi, sosial, politik, dan Kesehatan. Revolusi ini memiliki makna suatu tren otomatisasi, dan pertukaran data dalam berbagai teknologi. Hal utama yang ada pada revolusi 4.0 adalah internet. Dengan kemajuan teknologi ini memudahkan berbagai proses semakin cepat, efektif, dan tidak perlu waktu lama (Sagala, Manapa, Ardhana, & Lewakabessy, 2020). Pengguna internet di Indonesia pada tahun 2017 sesuai hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia mencapai 143,26 juta, lebih dari 50% dari total populasi penduduk Indonesia yang berjumlah 262 juta (Sari, Ramdhani, & Subandi, 2020). Hal tersebut memberikan peluang pemanfaatan teknologi internet dalam meningkatkan akses pelayanan kesehatan mental. Internet merupakan cara yang efektif untuk mengurangi keterbatasan serta menjembatani pemberian berbagai layanan kesehatan, termasuk kesehatan mental.

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan seseorang mengalami perkembangan disemua aspek, baik secara intelektual, fisik, dan emosional serta selaras dengan perkembangan orang lain sehingga mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kesehatan mental juga penting diperhatikan selayaknya kesehatan fisik (Fakhriyana, 2019). Sebagaimana definisi sehat oleh World Health Organization (WHO) bahwa sehat merupakan suatu kondisi yang lengkap secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial disamping itu tidak ada penyakit atau kelemahan.

Kesehatan Kesehatan mental yang baik memungkinkan orang untuk menyadari potensi mereka, mengatasi tekanan kehidupan yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka. Adanya gangguan kesehatan mental tidak bisa kita remehkan, karena jumlah kasusnya saat ini masih cukup tinggi (Ayuningtyas, Misnaniarti, & Rayhani, 2018). Menurut *world health organization* (WHO), saat ini lebih dari 500 juta orang menderita gangguan kesehatan jiwa, antara lain: skizofrenia, depresi, demensia, dan yang lazim terjadi di seluruh dunia (Gutierrez, et al., 2021).

Sementara di Indonesia, jumlah masyarakat yang mengalami gangguan kesehatan mental berada pada angka yang cukup mengkhawatirkan, seperti yang disampaikan bapak Supriyantoro selaku Direktur Jenderal Bina Upaya Kesehatan, Kementerian Kesehatan, bahwa terdapat 11,6% atau 17,4 juta jiwa dari 150 juta jiwa orang dewasa mengalami gangguan kesehatan jiwa berupa, depresi, dan gangguan kecemasan. Tingginya angka kejadian gangguan kesehatan jiwa tersebut tidak sebanding dengan jumlah fasilitas kesehatan penunjang yang memadai.

Menurut Kementerian Kesehatan, terdapat 45 rumah sakit jiwa tersebar di 34 provinsi di Indonesia, namun terdapat pula keterbatasan jumlah psikolog dan psikiater yang memberikan pelayanan. Jumlah ketersediaan tenaga kesehatan tersebut ternyata jauh dari standar yang telah ditetapkan oleh WHO, yaitu perbandingan jumlah tenaga psikiater dan psikolog dibandingkan dengan jumlah penduduk adalah 1:30 ribu orang (Chuvita, Sampetoding, Pongtambing, Christiana, & Ambabunga, 2022).

Pelayanan kesehatan mental yang belum memadai tersebut mampu dijemput oleh penggunaan Pelayanan Kesehatan Elektronik.

Pelayanan Kesehatan elektronik atau berbasis internet, merupakan intervensi kesehatan mental yang menjanjikan, terutama pada kalangan anak muda yang rentan mengalami masalah kesehatan mental. Di Indonesia, intervensi berbasis internet dapat menjadi strategi yang menjanjikan untuk mengurangi kesenjangan kesehatan mental, sejak level internet penggunaan di dalam negeri meningkat menjadi 50% dari populasi (120 juta orang) pada tahun 2018 (Arjadi, Nauta, & Bockting, 2018). Intervensi kesehatan mental berbasis internet yang dilakukan dapat memfasilitasi pelayanan kesehatan mental ditingkat tertentu. Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk mengetahui gambaran Intervensi Kesehatan mental berbasis teknologi internet.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur (*literature review*) dengan menganalisa literatur yang berkaitan dengan Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Teknologi Internet dari berbagai referensi. Pencarian sumber telaah dibatasi pada literatur dengan tahun publikasi lima tahun terakhir yaitu antara tahun 2018 sampai dengan 2022. Pencarian dilakukan melalui tiga basis data daring yaitu *Pubmed*, *ProQuest* dan *Google Scholar*, kata kunci yang digunakan adalah “Intervensi Kesehatan Mental” dan “Teknologi Internet”.

Kriteria inklusi yang digunakan dalam pemilihan artikel yaitu: 1) full text, 2) dipublikasikan antara tahun 2018 sampai 2022, 3) semua metode penelitian, 4) jurnal literatur review dan jurnal penelitian, 5) bahasa Inggris dan Indonesia. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah 1) jurnal yang tidak terkait, 2) hanya ada abstrak, 3) tidak full text.

Hasil dan Pembahasan

Pencarian artikel dengan menggunakan kata kunci pada tiga basis data daring (Pubmed, ProQuest dan Google Scholar) menghasilkan 379 artikel, kemudian diekstraksi berdasarkan dengan kriteria inklusi menghasilkan 11 artikel yang sesuai dengan topik dalam penelitian ini dan dianggap layak untuk dianalisis (tabel 1).

Tabel 1. Hasil Penelitian Artikel Terpilih

Penulis	Metode	Tempat	Tujuan	Temuan
(Chuvita, Sampetoding, Pongtambing, Christiana, & Ambabunga, 2022)	Studi Literatur	Indonesia	Untuk memahami konsep dasar Kesehatan Mental dan merangsang penelitian lebih lanjut di Indonesia mengenai analisis Kesehatan Mental pada perangkat Internet of Things (IoT).	Penerapan IoT pada Kesehatan Mental belum maksimal, masih memerlukan integrasi setiap item dalam melakukan analisis objek (manusia) yang dipantau Kesehatan mental nya.
(Fassnacht, et al., 2022)	Randomized Controlled Trial	Australia	Untuk menguji <i>Be Well Plan</i> dengan populasi yang rentan (mahasiswa) dalam meningkatkan kesehatan mental, ketahanan, kecemasan, dan depresi dan hasil sekunder dari self-efficacy, rasa kontrol, dan fleksibilitas kognitif. Serta menguji keterlibatan dan kepuasan peserta dengan <i>Be Well Plan</i> yang difasilitasi dalam format grup menggunakan perangkat lunak telekonferensi.	Kelompok <i>Be Well Plan</i> (intervensi) menunjukkan peningkatan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok control. Program <i>Be Well Plan</i> efektif dalam meningkatkan kesehatan mental, ketahanan, depresi, dan kecemasan.
(Scheutzw, Attoe, & Harwood, 2022)	Systematic Review	UK	Menilai tingkat penerimaan karyawan terhadap intervensi berbasis web yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental.	Menunjukkan bahwa ada kecenderungan penerimaan umum intervensi berbasis web di tempat kerja, dengan temuan penerapan umum untuk penggunaan intervensi kesehatan mental berbasis web.
(Lattie, et al., 2019)	Systematic Review	US	Untuk meninjau literatur tentang intervensi digital untuk kesehatan mental yang berfokus pada depresi, kecemasan, dan peningkatan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa.	Menunjukkan bahwa Intervensi kesehatan mental digital untuk depresi, kecemasan, dan peningkatan kesejahteraan psikologis efektif dapat meningkatkan kesehatan mental di kalangan mahasiswa.
(Philippe, et al., 2022)	Systematic and Comprehensive Meta-Review	Canada	Untuk menilai keadaan intervensi kesehatan digital untuk pengobatan kondisi kesehatan mental.	Intervensi kesehatan digital menawarkan harapan dalam perawatan kondisi kesehatan mental. Aplikasi seluler, platform media sosial, dan forum berbasis web adalah teknologi baru yang berpotensi meningkatkan kesehatan mental
(Witarto, et al., 2022)	systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials	Indonesia	Untuk mengetahui efek MBIs online dalam meningkatkan kesehatan mental, terutama depresi, kecemasan, dan stres.	Temuan mengungkapkan bahwa MBI online memiliki efek yang signifikan secara statistik dalam mengurangi depresi kecemasan, dan stress
(Bright, Stuart, Mcneil, Murray, & Kingston, 2022)	Thematic Analysis	Canada	Untuk menguji kelayakan dan akseptabilitas psikoterapi interpersonal berbasis internet (IPT) untuk stress, kecemasan dan depresi pada ibu hamil	Menunjukkan bahwa penyampaian modul IPT berbasis internet melalui platform kesehatan mental digital adalah cara yang baik bagi mereka untuk mengelola kesehatan mental mereka sendiri selama kehamilan. Peserta melaporkan bahwa mereka senang menemukan sumber daya kesehatan mental yang dirancang khusus untuk wanita hamil.
(Kholilah & Nuraeni, 2019)	Literature review	Indonesia	Untuk menggambarkan implementasi penanganan gangguan kesehatan mental berbasis web terutama gangguan depresi pada mahasiswa.	Implementasi dari intervensi gangguan mental pada mahasiswa berbasis web terbukti efektif dan efisien.
(Agteren, et al., 2021)	Uncontrolled Intervention Study	Australia	Untuk mengetahui dampak diferensial dari intervensi kesehatan mental terhadap kelompok berbasis internet pada hasil kesehatan mental yang positif (yaitu, kesejahteraan, kepuasan hidup, ketahanan) dan indikator tekanan psikologis (yaitu, depresi, kecemasan, stres).	Lebih dari setengah peserta menunjukkan peningkatan baik dalam kesehatan mental dan tekanan psikologis, lebih dari seperempat dalam hasil kesejahteraan saja, dan hampir seperlima dalam kesulitan saja.

(Molina, et al., 2019)	A Scoping Review	UK	Untuk secara sistematis memetakan bukti yang ada tentang penggunaan intervensi berbasis Internet untuk pencegahan, pengobatan, pendidikan, atau memfasilitasi manajemen diri dari gangguan mental di Amerika Latin, serta untuk mengidentifikasi kesenjangan yang ada dalam literatur.	Menunjukkan bahwa intervensi berbasis internet untuk pencegahan dan pengobatan gangguan mental berkembang pesat di Amerika Latin, tetapi studi tentang efektivitas dan efektivitas biaya, hanya sedikit sehingga sulit untuk memberikan bukti yang diperlukan untuk membenarkan peningkatan intervensi ini.
(Arjadi, Nauta, & Bockting, Acceptability of internet-based interventions for depression in Indonesia, 2018)	Survey	Indonesia	Melaporkan penerimaan umum intervensi berbasis internet untuk depresi di Indonesia dan menyelidiki faktor-faktor yang memprediksi penggunaannya.	Mayoritas masyarakat Indonesia menunjukkan keterbukaan untuk menggunakan intervensi berbasis internet untuk depresi

Kehadiran teknologi yang terus berkembang tentu memberikan dampak positif bagi kehidupan setiap orang saat ini termasuk kesehatan mental. Masih banyak orang-orang yang mengesampingkan masalah kesehatan mental sehingga perlu adanya solusi dalam mengatasi permasalahan tersebut, salah satunya menggunakan media teknologi internet untuk intervensi kesehatan mental.

Pembahasan

Penelitian dari Arjadi, Nauta, dan Bockting (2018), dengan metode survey secara online terhadap 1622 orang di Indonesia, menunjukkan mayoritas peserta terbuka untuk menggunakan intervensi kesehatan mental berbasis internet. Sebagian besar peserta juga bersedia menggunakannya sebagai pengganti pengobatan reguler dan sebagai pelengkap pengobatan reguler. Oleh karena itu, mempromosikan penggunaan internet secara umum, diikuti dengan mempromosikan akses ke intervensi berbasis internet, dapat menjadi strategi yang baik untuk mendorong masyarakat Indonesia untuk terlibat dalam intervensi berbasis internet untuk kesehatan mental dan mengambil manfaat darinya (Arjadi, Nauta, & Bockting, Acceptability of internet-based interventions for depression in Indonesia, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan di Australia dengan menggunakan metode Randomized Controlled Trial (RCT) menunjukkan bahwa peserta dalam kelompok intervensi mengalami peningkatan perbaikan secara signifikan gejala depresi dan kecemasan berkurang (bersama dengan peningkatan kesejahteraan dan ketahanan), dibandingkan kelompok control (Fassnacht, et al., 2022). Studi tinjauan sistematis dan meta analisis yang dilakukan oleh Philippe, et al., (2022), terhadap 304 artikel diperoleh hasil Mayoritas (52%) penelitian melibatkan pengobatan gangguan penggunaan narkoba, 29% berfokus pada gangguan mood, kecemasan, dan stres traumatis, dan >5% untuk setiap kondisi kesehatan mental lainnya, bahwa intervensi menggunakan realitas virtual, aplikasi seluler, platform media sosial, dan

forum berbasis web adalah teknologi baru yang berpotensi meningkatkan kesehatan mental. Intervensi kesehatan digital menawarkan harapan dalam perawatan kondisi kesehatan mental tetapi memerlukan bukti kualitas yang lebih tinggi (Philippe, et al., 2022).

Hasil tinjauan sistematis oleh Scheutzwow, Attoe, dan Harwood (2022), terkait penerimaan intervensi kesehatan mental di tempat kerja, dari 28 artikel yang dianalisis 79% (22/28) studi menunjukkan penerimaan dari tinggi ke sangat tinggi, dan 54% (15/28) studi melaporkan tingkat penerimaan dari rendah hingga sedang. Tingkat kepuasan rata-rata adalah >80%, dan karyawan menilai utilitas intervensi secara keseluruhan baik. Namun intervensi kesehatan mental berbasis web ditempatkan kerja harus disesuaikan dengan lingkungan spesifik yang diterapkan serta kebutuhan pengguna untuk meningkatkan tingkat keterlibatan dan penerimaan. Intervensi Kesehatan mental berbasis web memiliki banyak manfaat praktis dan potensi untuk meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan individu dalam jangka panjang (Scheutzwow, Attoe, & Harwood, 2022).

Intervensi kesehatan mental yang diberikan kepada 89 orang selama 5 minggu dalam masa pandemic covid 19, hasilnya memberikan dampak yang signifikan dari intervensi kesehatan mental berbasis internet selama COVID-19. Studi ini menunjukkan bahwa intervensi kesehatan mental berbasis internet dapat menimbulkan perubahan dalam kesejahteraan mental dan tekanan psikologis pada populasi nonklinis. Kesehatan mental pada sampel meningkat dari awal hingga akhir intervensi dan bahwa peserta dengan skor awal yang lebih buruk memiliki respons yang jauh lebih baik dibandingkan dengan mereka yang memiliki skor awal rata-rata yang lebih besar, penelitian ini menggunakan metode uncontrolled intervention study (Agteren, et al., 2021).

Studi literatur lain yang dilakukan Kholilah dan Nuraeni (2019), tentang penggunaan intervensi berbasis internet pada gangguan mental, sebanyak 12 artikel yang dianalisis dengan hasil bahwa Implementasi dari intervensi gangguan mental pada mahasiswa berbasis web terbukti

efektif dan efisien. Penggunaan intervensi berbasis internet dalam penanganan gangguan mental mulai dari screening, diagnosa, intervensi, implementasi telah dievaluasi cukup efektif dan efisien untuk manusia dalam segi biaya (Kholilah & Nuraeni, 2019).

Bright, Stuart, Mcneil, Murray, dan Kingston (2022), dalam studi Thematic Analysis sebanyak 15 ibu hamil diwawancarai untuk memeriksa pengalaman dan pandangan mereka tentang kelayakan dan penerimaan modul *Interpersonal Physicoterapi* (IPT) berbasis internet. Peserta melaporkan bahwa fitur modul IPT berbasis internet yang disampaikan melalui platform kesehatan mental digital (platform digital HOPE) dengan mudah diintegrasikan ke dalam kehidupan mereka. Penyampaian modul IPT berbasis internet memungkinkan akses yang fleksibel dan independen. Peserta menghargai kemampuan untuk mencari dukungan dan sumber daya untuk mengelola sendiri tantangan kesehatan emosional atau mental yang timbul selama kehamilan (Bright, Stuart, Mcneil, Murray, & Kingston, 2022).

Studi *systematic review* yang dilakukan Lattie, et al., (2019), Sebanyak 89 artikel penelitian yang dianalisis mayoritas intervensi (71/89, 80%) disampaikan melalui situs web, dan intervensi yang paling umum adalah terapi perilaku kognitif berbasis internet. Hasil menunjukkan bahwa Intervensi berbasis komputer, Web, seluler, dan realitas virtual semuanya memiliki potensi untuk meningkatkan kesehatan mental di kampus-kampus (Lattie, et al., 2019).

Hasil penelitian tentang *mindfulness based-interventions* (MBI) online dengan metode *systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials* memiliki efek yang menguntungkan pada kesehatan mental, terutama depresi, kecemasan, dan stres, selama pandemi COVID-19 (Witarto, et al., 2022). Studi yang dilakukan Di Amerika latin tentang intervensi berbasis internet untuk pencegahan, dan pengobatan gangguan kesehatan mental menggunakan metode *A Scoping Review*, studi ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis internet untuk pencegahan dan pengobatan gangguan mental berkembang pesat di Amerika Latin. Hasil yang diperoleh jangka pendek (setelah 3 bulan pasca intervensi) terlihat lebih baik, tetapi kebanyakan penelitian tidak mengeksplorasi hasil jangka panjang yakni setelah 6 atau 12 bulan pasca intervensi (Molina, et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan untuk mengatasi masalah kesehatan mental yang dialami oleh korban kekerasan dalam rumah tangga di tengah COVID-19, ditemukan bahwa secara keseluruhan, intervensi berbasis teknologi dapat memberikan manfaat yang lebih luas kepada pengguna seperti aksesibilitas yang lebih mudah (tidak memerlukan transportasi fisik; dapat diakses melalui

smartphone, komputer, dll.), terjangkau (biaya lebih rendah), dan anonimitas dibandingkan dengan intervensi non-teknologi (Zhaohui Su, et al., 2022). Intervensi eHealth dapat mengurangi gejala kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan stress segera setelah digunakan (Stratton, et al., 2022).

Studi etnografi yang dilakukan di Swiss tentang peran petugas kesehatan dalam pemanfaatan intervensi berbasis internet terhadap ibu hamil periode perinatal diperoleh hasil 25 dari 30 responden memandang intervensi berbasis internet sebagai jenis intervensi yang dapat diterima, yang akan mereka rekomendasikan kepada subkelompok pasien (seperti wanita yang berpendidikan baik atau lebih muda), Persepsi peserta secara keseluruhan intervensi berbasis internet untuk depresi perinatal dan gejala kecemasan adalah positif (Beerli, Ehlert, & Castro, 2022). Hasil penelitian dari Gilmore, et al., (2021) yang dilakukan pada Wanita korban kekerasan seksual dengan intervensi menggunakan video pendek pencegahan stress pasca pemerkosaan yang diakses melalui internet dengan selang waktu intervensi 6 bulan diperoleh sebagian besar dapat menerima dan menunjukkan bahwa rata-rata, gejala gangguan stress pasca trauma menurun selama masa tindak lanjut.

Penelitian kualitatif terarah yang dilakukan di Albania dan Kosovo tentang penerapan intervensi terapi perilaku kognitif berbasis internet untuk kasus depresi di seluruh layanan kesehatan mental komunitas menunjukkan bahwa sebagian besar peserta menyambut baik inovasi penerapan ICBT karena dapat meningkatkan akses ke perawatan untuk orang-orang yang terisolasi secara geografis dan mengurangi stigma yang terkait dengan perawatan kesehatan mental (Doukani, et al., 2021). Berbeda dengan penerapan internet of things (IoT) pada kesehatan mental diperoleh bahwa Penerapan IoT pada kesehatan mental belum maksimal. Berbagai penelitian terkait masih memerlukan integrasi setiap item dalam melakukan analisis objek (manusia) yang dipantau kesehatan mentalnya (Chuvita, Sampetoding, Pongtambing, Christiana, & Ambabunga, 2022).

Kesimpulan

Intervensi kesehatan mental berbasis internet sangat berkembang pesat diberbagai negara yang dinilai sangat efektif dan efisien dikalangan masyarakat. Secara keseluruhan intervensi kesehatan mental menggunakan internet dapat meningkatkan kesehatan mental, menurunkan tingkat stress, depresi, cemas dan gangguan Kesehatan mental lainnya.

Solusi saat ini, Penerapan intervensi Kesehatan mental berbasis internet perlu menyesuaikan dengan karakteristik sosial budaya dan wilayah. Selain itu aspek keamanan pada penggunaan database terpusat harus terjamin keamanan data dan rahasia privasi objek

ketika sedang dianalisis kesehatan mentalnya.

Daftar Pustaka

- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, & Rayhani, M. (2018, Maret). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1-10. doi:DOI: <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Chuvita, L., Sampetoding, E. A., Pongtambing, Y. S., Christiana, E., & Ambabunga, Y. A. (2022, Apri). Studi litelatur penerapan internet of things pada kesehatan mental. *Journal Dynamic sainT*, 13-18. doi:<https://doi.org/10.47178/dynamicsaint.v5xx.xxxx>.
- Agteren, J. V., Ali, K., Fassnacht, D. B., Iasiello, M., Furber, G., Howard, A., . . . Kyrios, M. (2021). Testing the differential impact of an internet-based mental health intervention on outcomes of well-being and psychological distress during covid-19: uncontrolled intervention study. *JMIR MENTAL HEALTH*, 1-14. doi:doi: 10.2196/28044
- Arjadi, R., Nauta, M. H., & Bockting, C. L. (2018). Acceptability of internet-based interventions for depression in Indonesia. *ELSEVIER*, 8-15. doi:<https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.04.004>
- Beerli, J., Ehler, U., & Castro, R. T. (2022). Internet-based interventions for perinatal depression and anxiety symptoms: an ethnographic qualitative study exploring the views and opinions of midwives in Switzerland. *BMC Primary Care*, 1-13. doi:<https://doi.org/10.1186/s12875-022-01779-8>
- Bright, K. S., Stuart, S., Mcneil, D. A., Murray, L., & Kingston, D. E. (2022). Feasibility and acceptability of internet-based interpersonal psychotherapy for stress, anxiety, and depression in prenatal women: thematic analysis. *JMIR FORMATIVE RESEARCH*, 1-12. doi:doi: 10.2196/23879
- Doukani, A., Pashoja, A. C., Fanaj, N., Qirjako, G., Meksi, A., Mustafa, S., . . . Juliane, H. (2021). Organizational readiness for implementing an internet-based cognitive behavioral therapy intervention for depression across community mental health services in Albania and Kosovo: directed qualitative content analysis. *JMIR FORMATIVE RESEARCH*, 1-14. doi:doi: 10.2196/29280
- Fakhriyana, D. V. (2019). *Kesehatan mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Fassnacht, D. B., Ali, K., Agteren, J. v., Iasiello, M., Mavrangelos, T., Furber, G., & Kyrios, M. (2022). A Group-facilitated, internet-based intervention to promote mental health and well-being in a vulnerable population of university students: randomized controlled trial of the be well plan program. *JMIR Mental Health*, 1-20. doi:doi: 10.2196/37292
- Gilmore, A. K., Walsh, K., Frazier, P., Meredith, L., Ledray, L., Davis, J., . . . Resnick, H. S. (2021). Post-sexual assault mental health: a randomized clinical trial of a video-based intervention. *J Interpers Violence*, 10614–10637. doi:doi:10.1177/0886260519884674.
- Gutierrez, L. J., Rabbani, K., Ajayi, O. J., Gebresilassie, S. K., Rafferty, J., Castro, L. A., & Banos, O. (2021). Internet of things for mental health: open issues in data acquisition, self-organization, service level agreement, and identity management. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1-19. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph18031327>
- Kholilah, A. M., & Nuraeni, T. (2019, November). Efektivitas penggunaan intervensi berbasis internet terhadap gangguan mental pada mahasiswa: Literatur review. *JKEP*, 71-82. Diambil kembali dari <https://ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/JKEP/article/view/268/177>
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winquist, N., Shields, C. S., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital mental health interventions for depression, anxiety, and enhancement of psychological well-being among college students: systematic review. *JOURNAL OF MEDICAL INTERNET RESEARCH*, 1-18. doi:doi: 10.2196/12869
- Molina, Á. J., Franco, P., Martinez, V., Martínez, P., Rojas, G., & Araya, R. (2019, September). Internet-based interventions for the prevention and treatment of mental disorders in latin america: a scoping review. *Frontiers in Psychiatry*, 1-17. doi:doi: 10.3389/fpsy.2019.00664
- Philippe, T. J., Sikder, N., Jackson, A., Maya E Koblanski, M. E., Liow, E., Pilarinos, A., & Vasarhelyi, K. (2022). Digital health interventions for delivery of mental health care: systematic and comprehensive meta-revie. *JMIR MENTAL HEALTH*, 1-32. doi:doi: 10.2196/35159
- Sagala, T. W., Manapa, E. A., Ardhana, V. P., & Lewakabessy, G. (2020). Perbandingan implementasi manajemen pengetahuan pada berbagai industri. *JTIM : Jurnal Teknologi Informasi dan Multimedia*,

- 327-335. Diambil kembali dari <https://journal.sekawan-org.id/index.php/jtim/article/view/69/52>
- Sari, O. K., Ramdhani, N., & Subandi. (2020). Kesehatan mental di era digital: peluang pengembangan layanan profesional psikolog. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 337-348. doi:DOI: <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>
- Schetter, C. D., & Tanner, L. (2012). Anxiety, depression and stress in pregnancy: implications for mothers, children, research, and practice. *Curr Opin Psychiatry* 25(2), 141–148.
- Scheutzow, J., Attoe, C., & Harwood, J. (2022). Acceptability of web-based mental health interventions in the. *JMIR MENTAL HEALTH*, 1-20. doi:doi: 10.2196/34655
- Stratton, E., Lampit, A., Choi, I., Gavelin, H. M., Aji, M., Taylor, J., . . . Glozier, N. (2022, September). Trends in effectiveness of organizational ehealth in addressing employee mental health: systematic review and meta-analysis. *Journal Of Medical Internet Research*, 1-26. doi:doi: 10.2196/37776
- Witarto, B. S., Visuddho, Witarto, A. P., Bestari, D., Sawitri, B., Melapi, T. A., & Wungu, C. D. (2022). Effectiveness of online mindfulness-based interventions in improving mental health during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *PLOS ONE*, 1-22. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0274177>
- Zhaohui Su, Cheshmehzangi, A., McDonnell, D., Chen, H., Ahmad, J., Šegalo, S., & Veiga, C. P. (2022, April). Technology-based mental health interventions for domestic violence victims amid Covid-19. *International Jurnal of Enviromental Research and Public Health*, 1-11. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph19074286>