

IMPLEMENTATION OF COUNSELING APPLICATION BASED ON ANDROID IN HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA WILAYAH SUMATERA UTARA

Suri Mutia Siregar¹, Ika Sari Dewi¹, Amalia Meutia¹, Yunita Zahra¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara

e-Mail : suri.mutia@usu.ac.id, ikamikada@gmail.com, amaliameutia26@gmail.com, yzahra8@gmail.com

Abstract

Community needs for psychological counseling services in Indonesia are increasing. However, there is still an unequal prevalence between the number of psychologists who are able to carry out counseling and the number of people who need counseling services. Catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) in 2013 states that the number of psychologists in Indonesia is not sufficient to treat mental disorders in Indonesia, especially serious mental disorders. The other difficulties that also faced are : (1) the distribution of psychologists practices are mostly places in big cities; (2) social stigma that makes people feel ashamed for visiting psychologist; and (3) the Covid-19 pandemic condition that limits face-to-face counseling. This service aims to develop an android-based counseling application for all people of North Sumatra. The community service team has also collaborated with the HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA WILAYAH SUMATERA UTARA (HIMPSI SUMUT) which is currently the largest community for psychologists in the North Sumatra region. The counseling application is designed with 6 main features : (1) content management system, (2) psychologist data, (3) counselee data, (4) counseling type data, (5) private chat rooms, and (6) premium member. The application development is now entering the trial phase and will be disseminated to the public.

Keywords: *Counselling Application; Counselling; Psychologist; HIMPSI SUMUT*

IMPLEMENTASI APLIKASI KONSELING BERBASIS ANDROID DI HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA WILAYAH SUMATERA UTARA

Suri Mutia Siregar¹, Ika Sari Dewi¹, Amalia Meutia¹, Yunita Zahra¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara

e-Mail : suri.mutia@usu.ac.id, ikamikada@gmail.com, amaliameutia26@gmail.com, yzahra8@gmail.com

Abstrak

Kebutuhan masyarakat akan layanan konseling psikologi di Indonesia semakin hari semakin meningkat. Namun, saat ini masih terjadi prevalensi yang timpang antara jumlah psikolog yang mampu melaksanakan konseling dengan jumlah masyarakat yang membutuhkan layanan konseling. Catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menyebutkan bahwa jumlah psikolog saat ini belum memadai untuk menangani gangguan jiwa di Indonesia, terutama gangguan jiwa berat. Hal ini diperparah pula dengan tiga hal lainnya, yakni : (1) persebaran praktik psikolog yang lebih banyak berada di kota-kota besar; (2) adanya stigma sosial yang membuat masyarakat merasa malu dan enggan untuk mendatangi praktik psikolog; serta (3) kondisi pandemi Covid-19 yang membatasi konseling tatap muka dengan psikolog. Pengabdian ini bertujuan untuk mengembangkan aplikasi konseling daring berbasis android untuk seluruh masyarakat Sumatera Utara. Tim pengabdian juga telah bekerjasama dengan Himpunan Psikologi Indonesia Wilayah Sumatera Utara (HIMPSI SUMUT) yang saat ini menjadi tempat bernaung para psikolog di wilayah Sumatera Utara. Aplikasi konseling daring yang dirancang memiliki 6 fitur utama, yaitu (1) *content management system*, (2) data psikolog, (3) data konseli, (4) data jenis konseling, (5) *chat private room*, dan (6) *premium member*. Pengembangan aplikasi saat ini tengah memasuki tahap uji coba dan akan disosialisasikan pada masyarakat.

Kata kunci: Aplikasi Konseling; Konseling; Psikolog; HIMPSI SUMUT

PENDAHULUAN

Konseling merupakan kombinasi seni dan ilmu pengetahuan. Konseling merupakan upaya untuk membawa perubahan dalam hidup; perubahan dalam pikiran; perubahan dalam emosi; dan perubahan dalam perilaku. Konseling adalah interaksi profesional antara konselor dan konseli yang bersifat dua arah dan bertujuan meningkatkan kemampuan adaptasi konseli (Hartini dan Ariana, 2016). Gustad (1953) menyebutkan bahwa konseling merupakan suatu proses dimana seorang profesional yang memiliki kemampuan dan pengetahuan di bidang psikologi, berusaha untuk mendampingi klien dengan cara : (1) mencari metode yang sesuai dengan kebutuhan klien; (2) membantu klien untuk memahami dan menerima dirinya sendiri; (3) mempelajari bagaimana pemahaman klien terhadap dirinya dapat membantunya memiliki hubungan yang lebih baik; dan (4) menolong klien untuk mendefinisikan tujuan hingga ia menjadi lebih bahagia dan lebih produktif di tengah-tengah masyarakat.

American Psychological Association (2008) menyebutkan bahwa konseling dalam psikologi bertujuan untuk menolong individu yang memiliki permasalahan fisik, emosional, maupun kesehatan mental agar dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, menghilangkan stres, dan menyelesaikan krisis yang dihadapi. Konseling dalam psikologi biasanya memiliki fokus terhadap (1) kesehatan dan kekuatan dari klien; (2) lingkungan dan situasi yang mempengaruhi kesehatan mental klien; (3) isu perbedaan dan keadilan sosial; dan (4) peran karir dan pekerjaan terhadap kehidupan manusia.

Psikolog merupakan salah satu profesi yang memiliki kompetensi untuk melakukan konseling. Salah satu area dalam ilmu psikologi adalah psikologi konseling, yaitu suatu bidang yang khusus mempelajari mengenai konseling dan konseling profesional. Psikolog yang melakukan konseling di Amerika Serikat biasanya berfokus pada perkembangan manusia secara normal, pencegahan dan intervensi awal

terhadap gangguan mental, penguatan individu, interaksi manusia dengan lingkungan, serta perkembangan karir (Amoon dan Cooperman, 2017; Fuertes dkk., 2013; Goodyear dkk., 2008; Munley dkk., 2004).

Ayuningtyas, Misnaniarti, dan Rayhani (2018) menyebutkan bahwa terdapat sekitar 450 juta orang menderita gangguan mental dan perilaku di seluruh dunia. Satu dari empat orang diperkirakan akan menderita gangguan mental selama masa hidup mereka. World Health Organization (2017) menyebutkan bahwa prevalensi terbesar penderita depresi dan *anxiety* berada di kawasan Asia Tenggara. Adapun Indonesia sebagai negara dengan penduduk terbesar keempat di dunia, memiliki jumlah penderita depresi sebanyak 9.162.886 jiwa (3.7% dari total populasi), dan penderita *anxiety* sebanyak 8.114.774 (3.3% dari total populasi).

Sistem kesehatan di Indonesia dianggap belum cukup menanggapi beban gangguan mental, sehingga terdapat kesenjangan antara kebutuhan akan perawatan dan persediaan layanan kesehatan mental. Viora (dalam Ika, 2015) menyebutkan bahwa jumlah tenaga kesehatan jiwa profesional di Indonesia masih belum mampu memenuhi kuota minimal yang telah ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO. Saat ini Indonesia dengan penduduk sekitar 250 juta jiwa baru memiliki sekitar 451 psikolog klinis (0,15 per 100.000 penduduk), 773 psikiater (0,32 per 100.000 penduduk), dan perawat jiwa 6.500 orang (2 per 100.000 penduduk). Padahal WHO menetapkan standar jumlah tenaga psikolog dan psikiater dengan jumlah penduduk adalah 1 : 30.000 orang atau 3,33 per 100.000 penduduk.

Salah satu sebab lainnya yang menyebabkan individu enggan mencari layanan bantuan psikologis adalah stigma (Dino dalam Fathiyah, 2016). Soebiantoro (2017) menyebutkan bahwa stigma adalah persepsi negatif yang dikenakan oleh masyarakat dan individu penderita itu sendiri pada penderita gangguan jiwa. Stigma yang dilabelkan pada penderita gangguan mental misalnya seperti penderita tidak dapat diterima dalam kehidupan bermasyarakat, membuat malu keluarga, hingga individu yang tidak berguna. Stigma yang dilabelkan dapat membuat individu/penderita menolak diagnosa gangguan jiwa dan pada akhirnya membuat individu / penderita menolak pengobatan.

Biaya konsultasi psikolog yang dianggap mahal oleh sebagian masyarakat, serta persebaran psikolog yang terpusat di kota-kota besar juga menambah sulitnya akses dari masyarakat terhadap layanan kesehatan mental yang dapat diberikan psikolog. Ikatan Psikolog Klinis Indonesia (2020) merilis data bahwa persebaran psikolog klinis masih terpusat di Pulau Jawa, yakni sekitar 59,5 % dari total psikolog klinis di Indonesia.

Sumatera Utara merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang juga memiliki jumlah psikolog yang terbatas. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan (2018) menyebutkan bahwa jumlah penderita dan penderita depresi berada di angka 5 – 10% dari total penduduk, sementara cakupan pengobatan penderita depresi secara nasional hanya mencapai 9% dari total penderita. Jumlah psikolog klinis yang mampu menangani gangguan mental berat di Sumatera Utara juga kurang memadai, dimana saat ini tercatat masih sejumlah 80 psikolog (Ikatan Psikolog Klinis Indonesia, 2020).

Rendahnya cakupan konseling di Sumatera Utara dapat diatasi dengan beberapa cara, salah satunya adalah membuat aplikasi konseling daring. Keberadaan aplikasi konseling yang memanfaatkan teknologi digital dapat menerobos batasan jarak dan waktu, sehingga pelayanan konseling dapat dihadirkan di seluruh wilayah Sumatera Utara. Herr (dalam Prasetya, 2017) menyebutkan bahwa konseling juga memerlukan suatu penyesuaian dengan kemajuan zaman yaitu dengan penerapan aplikasi teknologi. Alat-alat atau media dalam akses informasi di era global ini sangat beragam dan mutakhir, seperti telepon selular, komputer, dan internet. Seluruh media teknologi informasi tersebut dapat mempermudah akses pemberian bantuan terhadap individu jika dimanfaatkan secara tepat guna dan terlatih. Selain memperluas cakupan daerah konseling, komunikasi konseling secara daring juga memberikan kesempatan pada konselor untuk tidak duduk terus menerus didepan komputer yang tersambung ke dalam jaringan (*online*), dan tidak harus menanggapi pesan pada saat itu juga. Konseling daring akan menciptakan ruang sementara yang fleksibel, waktu interaktif bersama konseli dapat dilakukan dengan singkat, sesuai kebutuhan. Kesempatan untuk mengirim pesan ke konselor dapat dilakukan setiap saat dan menciptakan perasaan nyaman bahwa konselor selalu ada, selalu hadir, yang memudahkan jarak pemisahan dan memungkinkan konseli untuk mengartikulasikan pikiran dan

perasaan mereka dengan segera kepada konselor, daripada harus menunggu jadwal konseling dari pertemuan ke pertemuan.

Sejumlah penelitian terhadap konseling daring yang menggunakan *synchronous chat*, *asynchronous email*, *video conference*, dan program *self directed* telah dilakukan. Klien yang mengikuti konseling daring dilaporkan mengalami perbaikan kondisi psikologis dan merasa puas dengan layanan yang diberikan (Richards, 2009; Barak dan Bloch, 2006; Cook dan Doyle, 2002; Day dan Schneider, 2002; Efstathiou dan Kalantzi-Azizi, 2005; Knaevelsrud dan Maercker, 2006; Leibert, Archer, Munson, dan York, 2006; Reynolds, Stiles dan Grohol, 2006; Richards dan Tangney, 2006, Robinson dan Serfaty, 2001; Wolf dkk., 2006)

Beberapa aplikasi konseling daring sebenarnya sudah muncul di Indonesia, diantaranya Psikologimu, Riliv, Konseline, Konseling, Psyline.id, dan KALM. Namun demikian, diantara sejumlah aplikasi yang telah tersedia, belum ada aplikasi yang sepenuhnya merangkul psikolog dan ilmuwan psikologi di Kota Medan. Padahal, sejumlah masyarakat yang berada di luar Kota Medan mungkin saja memerlukan layanan dari psikolog, namun urung didapatkan karena keterbatasan akses. Oleh karena itu, Tim Pengabdian Fakultas Psikologi menggandeng Himpunan Psikologi Indonesia Wilayah Sumatera Utara (HIMPSI SUMUT) sebagai tempat bernaung psikolog di wilayah Sumatera Utara untuk merancang *platform* konseling daring agar dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat di Sumatera Utara.

METODE

Tim Pengabdian Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara melakukan beberapa langkah dalam melaksanakan pengabdian di HIMPSI SUMUT, yakni :

1. Pelaksanaan diskusi antara Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara dengan Pengurus HIMPSI SUMUT berkenaan dengan layanan konseling di Sumatera Utara;
2. Analisis penyelesaian masalah yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara oleh Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU;
3. Merancang produk untuk menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara; dan
4. Menyebarluaskan informasi mengenai produk yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Diskusi antara Tim Pengabdian Fakultas Psikologi dengan HIMPSI SUMUT

Diskusi antara Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU dengan Pengurus HIMPSI SUMUT telah dilaksanakan secara daring menggunakan aplikasi zoom. Berdasarkan hasil diskusi, ditemukan bahwa kebutuhan masyarakat akan konseling semakin meningkat dari hari ke hari. Meski demikian, cakupan konseling di Sumatera Utara saat ini masih tergolong rendah karena mayoritas Psikolog berpraktik di Kota Medan, serta adanya stigma sosial yang menyebabkan sebagian masyarakat enggan untuk melakukan konseling tatap muka dengan psikolog. Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU dan Pengurus HIMPSI SUMUT kemudian bersepakat untuk membuat aplikasi konseling berbasis android. Pihak HIMPSI SUMUT juga bersedia turut berbagi beban pembiayaan bersama Tim Pengabdian.

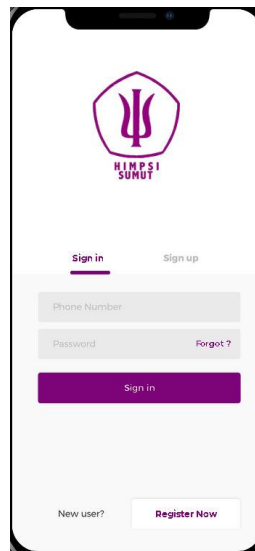
2. Analisis penyelesaian masalah yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara oleh Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU

Pelaksanaan diskusi metode penyelesaian masalah di HIMPSI SUMUT telah dilaksanakan secara daring menggunakan aplikasi *zoom*. Berdasarkan hasil diskusi, Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU memutuskan untuk merancang aplikasi konseling berbasis android. Fitur yang ditargetkan pada program ini adalah : (1) *content management system*; (2) data konselor yang dapat dilihat oleh konseli, meliputi : informasi mengenai nomor surat izin praktik psikolog (SIPP) yang masih berlaku, riwayat

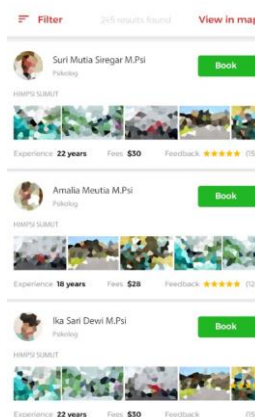
pendidikan, keahlian, dan tempat praktik; (3) data konseli yang dapat dilihat oleh konselor yang menangani, meliputi : biodata konseli, riwayat konseling sebelumnya, dan surat pernyataan kesediaan mengikuti konseling; (4) Data jenis konseling, meliputi : konseling klinis, konseling pendidikan, dan konseling industri/organisasi; (5) *chat private room*, yang dapat digunakan oleh konselor dan konseli untuk saling berinteraksi via teks; dan (6) *premium member*, yaitu layanan prioritas bagi konseli tertentu yang telah memenuhi sejumlah persyaratan.

3. Merancang produk untuk menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara

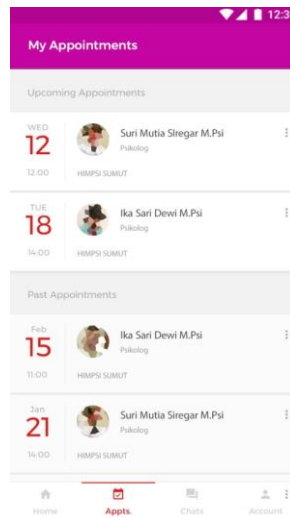
Pembuatan aplikasi konseling daring berbasis android telah selesai dilakukan, namun terdapat beberapa perbaikan yang harus dilakukan, diantaranya : (1) perubahan bahasa aplikasi ke dalam Bahasa Indonesia; (2) penambahan data jenis konseling; (3) pembuatan data jenis konseling; dan (4) penambahan fitur *premium member*. Aplikasi juga menambah satu fitur tambahan, yaitu (1) fitur untuk masuk ke aplikasi; dan (2) fitur *Global Positioning System (GPS)* : bagi konseli yang membutuhkan layanan tatap muka, operator dapat melakukan pengawasan terhadap jadwal dan posisi pelaksanaan konseling luring/tatap muka.



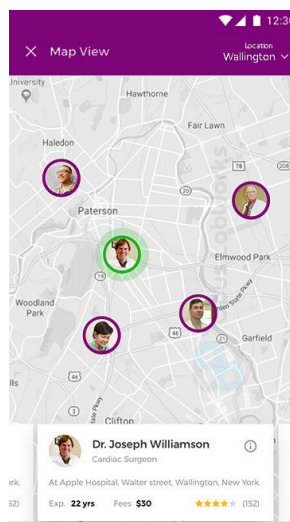
Gambar 1. (Fitur Tampilan Awal saat Akan Masuk ke Aplikasi)



Gambar 2. (Fitur Tampilan Data Konselor)



Gambar 3. (Fitur Data Konseli dan *Chat Private Room*)



Gambar 4. (Fitur *Global Positioning System (GPS)*)

Perancangan aplikasi konseling daring kini memasuki tahap perbaikan. Sejumlah penambahan fitur akan dilakukan sebelum Tim Pengabdian melaksanakan uji coba pada masyarakat di Sumatera Utara.

4. Menyebarluaskan informasi mengenai produk yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan layanan konseling di Sumatera Utara

Penyebarluasan informasi dilakukan untuk menyampaikan kepada khalayak luas mengenai keberadaan dari aplikasi konseling daring. Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU telah melakukan penyebarluasan informasi mengenai rencana peluncuran aplikasi konseling daring melalui media lokal di Sumatera Utara. Adanya jutaan aplikasi yang tersebar di berbagai *App-Store*, membuat sebuah aplikasi tidak dapat terlihat dengan mudah oleh pengguna. Oleh sebab itu, pengembang aplikasi juga harus memikirkan strategi promosi setelah membuat suatu aplikasi.

Tim Pengabdian Psikologi USU Kembangkan Aplikasi Konseling Daring

MEDAN (Waspada): Tim Pengabdian dari Departemen Psikologi Umum dan Ekspresimen Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara (USU) dan wahl Lembaga Pengabdian/Pelayanan kepada Masyarakat (LPKM) USU melakukan terobosan dengan mengembangkan aplikasi konseling daring (Daring).

Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU, yang diketuai Suri Mutia Siregar, M. Psi, Psikolog dan masing-masing anggota, Ika Sari Dewi, M. Psi, Psikolog, Amalia Meutia, M. Psi, Psikolog dan Yunita Zahra, M. Psi, Psikolog mengembangkan aplikasi konseling daring yang dapat dimanfaatkan oleh seluruh warga Sumut.

Tadikembangkan masyarakat akan layanan konseling semakin meningkat dari hari ke hari.

Apalagi di masa Covid-19, sejumlah masyarakat mengalami perasaan gelisah stres karena berbagai perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Suri Mutia, Sabtu (5/9).

Menurut Suri Mutia, layanan konseling merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada individu agar tercapai kemandirian dalam hal pemenuhan diri. "Setiap individu sanggup mengarahkan dirinya sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekitarnya," ujar Suri Mutia.

Kata Suri Mutia, salah satu profesi yang mampu memberikan layanan konseling adalah Psikolog. Namun sayangnya, cakupan pemberian pelayanan konseling oleh psikolog sampai saat ini masih tergolong rendah.

"Hal ini disebabkan oleh be-

berapa hal, yakni jumlah Psikologi di Indonesia belum memadai untuk menangani gangguan jiwa, penemuan psikolog yang masih terpusat di kota-kota besar dan masih adanya stigma sosial yang memandang bahwa individu yang mencari bantuan ke psikolog adalah hal yang memalukan dan hanya dilakukan oleh orang-orang yang lemah," ungkap Suri Mutia.

Oleh karena itu, lanjut Suri Mutia, pihaknya melakukan terobosan untuk pengabdian kepada masyarakat. Kerja pengabdian merupakan bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pengabdian, penelitian, dan pengabdian masyarakat.

"Pelayanan pengabdian didukung oleh Lembaga Pengabdian/Pelayanan kepada Masyarakat USU yang diketuai

oleh Prof. Dr. Tulus, Vor, Dpt. Math, M. St., Ph. D. Selain itu, Tim Pengabdian juga mengadakan Himpunan Psikologi Indonesia Wilayah Sumatera Utara (HIMPISI Sumut) yang saat ini menjadi tempat berorganisasi para Psikolog di wilayah Sumut," kata Suri Mutia.

Suri Mutia pun mengakui saat ini proses pembuatan aplikasi konseling daring masih berlangsung. Sejumlah pengembangan dan perbaikan masih terus dilakukan hingga aplikasi dianggap siap untuk diluncurkan kepada masyarakat di Sumut.

"Bencananya, Tim Pengabdian dan Fakultas Psikologi USU beserta HIMPISI SUMUT akan segera memsocialisasikan mengenai keberadaan aplikasi pada akhir tahun 2020," ucapnya.

(dibaw)

E
P
P
P
E
E
h
h
y

Gambar 5. (Publikasi Media Massa)

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Perancangan aplikasi konseling daring masih membutuhkan pengembangan lebih lanjut yakni : (1) perbaikan fitur : mengubah bahasa aplikasi ke dalam Bahasa Indonesia, menambah data jenis konseling, membuat data jenis konseling, dan menambah fitur *premium member*. Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU juga perlu melakukan serangkaian uji coba kepada masyarakat di Sumatera Utara untuk mengetahui besar manfaat yang dapat diberikan oleh aplikasi konseling daring.

Langkah selanjutnya yang juga perlu dilakukan oleh Tim Pengabdian adalah mempersiapkan konselor yang akan menggunakan aplikasi. Mallen, Vogel, dan Rochlen (2005) menyebutkan bahwa konselor yang melakukan konseling daring harus memahami kode etik dan dilengkapi dengan beberapa keterampilan dan kompetensi untuk membantu mereka memberikan pelayanan kesehatan mental dan perilaku secara daring.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Fakultas Psikologi USU mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Pengabdian/Pelayanan Kepada Masyarakat Universitas Sumatera Utara (LPPM-USU) dan Himpunan Psikologi Indonesia Wilayah Sumatera Utara yang telah memberikan sejumlah dukungan untuk melaksanakan seluruh rangkaian pengabdian.

DAFTAR REFERENSI

Amoon P.B. dan Cooperman. 2017. Psychology, Counseling Psychology, and Professional Counseling : Shared Roots, Challenges, and Opportunities. *The European Journal of Counselling Psychology*, 6 (1) 41 – 62 DOI : 10.5964/ejcop.v6i1.105

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan. 2018. Hasil Utama Riskesdas. Diakses dari : kemkes.go.id

Gustad, J.W. (1953). The Definition of Counselling. In R.F. Berdie (Ed.), Roles and relationships in Counselling. *Minnesota Studies in Student Personell Work*, No. 3

Hartini dan Ariana. 2016. Psikologi Konseling : Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi. Surabaya : Airlangga University Press

Ika. 2015. Minim Psikolog, Ribuan Penderita Gangguan Jiwa Belum Tertangani. *Berita Universitas Gajah Mada*. Diakses dari : ugm.ac.id

Ikatan Psikolog Klinis Indonesia. 2020. Statistik Keanggotaan Ikatan Psikolog Klinis Indonesia. Diakses dari : simak.ipkindonesia.or.id

Mallen, Vogel, dan Rochlen. (2005). The Practical Aspects of Online Counseling : Ethics, Training, Technology, and Competency. *The Counseling Psychologist* 2005; 33; 776 DOI : 10.1177/0011000005278625

Prasetya, A.F. 2017. Model *Cybercounseling* : Telaah Konseling Individu *Online Chat-Asynchronous* Berbasis Aplikasi *Android*. *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling Vol. 1, No. 1, 2017*, hlm. 31-38. ISSN : 2579-9908

Richards, Derek. 2009. Features and Benefits of Online Counselling : Trinity College Online Mental Health Community. *British Journal of Guidance & Counselling*, 37 (3) 231 – 242, DOI : 10.1080/03069880902956975

Soebiantoro, Jonathan. 2017. Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2 (1), 1-21, DOI : 10.20473/jpkm.v2i2017.1-21

World Health Organization. 2017. Depression and Other Common Mental Disorders : Global Health Estimates. Diakses dari : apps.who.int

