

Efektifitas Peran Telemedicine Terhadap Manajemen Kesehatan Mental: Literature Review

Deskrisman Stefan Mendrofa¹, Yohanes Briyan Vincesus Mendrofa¹

¹STIKes Santa Elisabeth Medan, Kota Medan, Sumatera Utara Indonesia

*E-mail: yohanesbriyanvincesusm4@mail.com

Abstrak

Kesehatan mental adalah aspek penting dalam kesejahteraan individu dan masyarakat. Di Indonesia, gangguan mental seperti depresi dan kecemasan meningkat, namun akses layanan masih terbatas, terutama di daerah terpencil. Oleh karena itu, *telemedicine* menawarkan solusi dengan menyediakan layanan kesehatan jarak jauh, yang dapat meningkatkan aksesibilitas, efisiensi, dan mengurangi biaya. Untuk memberikan gambaran tentang efektivitas peran *telemedicine* dalam meningkatkan manajemen kesehatan mental. Penelusuran data *literatur review* dalam penelitian ini menggunakan tiga database yaitu database *Google Scholar*, *Science Direct*, dan *Proquest*. Artikel yang digunakan sebagai sumber *literature* dipilih berdasarkan kriteria inklusi secara tunggal, jurnal akreditasi nasional dan internasional ISSN, DOI, artikel *full text*. Didapatkan 6 jurnal yang menyatakan bahwa *peran telemedicine* mampu meningkatkan manajemen kesehatan mental. efektivitas peran *telemedicine* dalam manajemen kesehatan mental secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan, kesehatan dan tindakan dalam manajemen kesehatan mental.

Kata kunci: Efektifitas, Telemedicine, Manajemen kesehatan, Kesehatan mental.

Abstract

Mental health is a critical aspect of individual and community well-being. In Indonesia, mental health disorders such as depression and anxiety are on the rise, yet access to services remains limited, particularly in remote areas. Therefore, telemedicine offers a solution by providing remote healthcare services, which can improve accessibility, efficiency, and reduce costs. To provide an overview of the effectiveness of telemedicine in enhancing mental health management. This study conducted a literature review using three databases: Google Scholar, Science Direct, and ProQuest. Articles were selected based on inclusion criteria, focusing on accredited national and international journals with ISSN, DOI, and full-text access.

Results: Eight journals were identified, which indicate that telemedicine plays a significant role in improving mental health management. The effectiveness of telemedicine in mental health management significantly enhances knowledge, health outcomes, and actions related to mental health care.

Keywords: Effectiveness, Telemedicine, Health Management, Mental Health.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu kondisi di mana setiap individu dapat hidup dengan bebas dan aman untuk mewujudkan potensi mereka. Ini berarti mereka mampu berfungsi secara produktif, mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari, dan berkontribusi kepada komunitas mereka. Kesehatan mental yang baik dan positif mencakup pola pikir optimis terhadap berbagai situasi, serta keberanian untuk memulai hal baru, yang berkontribusi pada jiwa yang produktif. Kondisi ini sangat penting dimiliki, terutama oleh remaja sebagai generasi penerus bangsa (Kumala, 2024).

Kesehatan mental merupakan aspek integral dari kesehatan keseluruhan individu dan masyarakat. Di Indonesia, masalah kesehatan mental semakin mendesak dengan meningkatnya prevalensi gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan, terutama di kalangan populasi yang terpinggirkan. Meskipun kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental semakin meningkat, akses terhadap layanan yang memadai masih sangat terbatas. Data menunjukkan bahwa gangguan mental. Menurut Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes), sekitar 1 dari 10 orang di Indonesia mengalami gangguan mental. Namun,

terdapat beberapa data lain yang menunjukkan prevalensi gangguan mental di Indonesia. Berdasarkan survei Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022, sekitar 34,9% atau 15,5 juta remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Selain itu, data dari Kementerian Riset dan Teknologi (Kemristek) mencatat bahwa 55% masyarakat Indonesia mengalami stres. Lebih lanjut, laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dit. Kesehatan Jiwa tahun 2022 menunjukkan bahwa 31,5% dari populasi Indonesia yang mengalami gangguan jiwa dipasung dalam 3 bulan terakhir. Data tersebut menunjukkan permasalahan kesehatan mental di Indonesia perlunya penanganan dan perhatian serta intervensi yang lebih baik (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Salah satu solusi untuk masalah kesehatan mental adalah pemanfaatan teknologi seperti *telemedicine*. Teknologi memiliki dampak yang kompleks terhadap kesehatan mental manusia, dengan mempertimbangkan risiko dan manfaat yang perlu dianalisis dengan cermat. Di satu sisi, teknologi memberikan akses yang lebih luas terhadap informasi kesehatan mental, sumber daya dukungan daring, dan platform untuk berbagi pengalaman yang dapat mengurangi stigma. Sebagai contoh, aplikasi kesehatan mental dapat menyediakan layanan konseling jarak jauh yang memudahkan individu untuk mengakses layanan dibandingkan dengan cara konvensional. (Dewi, 2024).

Perkembangan teknologi di bidang kedokteran semakin pesat dan signifikan, salah satu contohnya adalah *telemedicine*. *Telemedicine* dapat didefinisikan sebagai penyediaan layanan kesehatan secara jarak jauh yang dilakukan oleh para profesional kesehatan, dengan memanfaatkan teknologi data dan komunikasi. Layanan ini mencakup berbagai aspek, seperti diagnosis, pengobatan, pencegahan penyakit dan cedera, serta penelitian dan evaluasi. Selain itu, *telemedicine* juga berperan dalam pendidikan berkelanjutan bagi penyedia layanan kesehatan, dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan individu serta kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan (Nuroctaviani et al., 2021).

Telemedicine adalah penyediaan layanan kesehatan dari jarak jauh oleh tenaga medis dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Ini mencakup pertukaran informasi terkait diagnosis, pengobatan, pencegahan penyakit dan cedera, penelitian dan evaluasi, serta pendidikan berkelanjutan bagi penyedia layanan kesehatan demi peningkatan kesehatan individu dan masyarakat. *Telemedicine* muncul sebagai solusi yang menjanjikan untuk mengatasi tantangan ini. Dengan menggunakan teknologi komunikasi, *telemedicine* memungkinkan penyedia layanan kesehatan untuk memberikan konsultasi dan terapi secara jarak jauh. Pendekatan ini sangat relevan di Indonesia, yang merupakan negara kepulauan dengan lebih dari 17.001 pulau dan distribusi penduduk yang tidak merata. Keterbatasan geografis dan jumlah tenaga kesehatan yang masih rendah menyebabkan banyak pasien, terutama di daerah terpencil, mengalami kesulitan dalam mengakses layanan kesehatan mental (Permatasari et al., 2024).

Telemedicine memiliki potensi yang sangat besar dalam meningkatkan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan, terutama bagi masyarakat yang tinggal di daerah terpencil dan kepulauan. Selain itu, penerapan *telemedicine* juga telah terbukti dapat meningkatkan efisiensi pelayanan kesehatan, baik dari segi waktu, biaya, maupun penggunaan sumber daya. Namun, meskipun *telemedicine* menawarkan berbagai keuntungan, implementasinya di Indonesia masih menghadapi sejumlah tantangan yang perlu diatasi. Tantangan tersebut meliputi infrastruktur teknologi yang belum merata di seluruh wilayah, regulasi yang masih belum lengkap, serta tingkat kesiapan tenaga kesehatan dan masyarakat dalam mengadopsi dan memanfaatkan teknologi baru tersebut (Sitanggang et al., 2024).

Salah satu keunggulan utama dari *telemedicine* adalah kemampuannya untuk memperluas jangkauan pelayanan kesehatan tanpa terhalang oleh jarak antara pasien dan fasilitas medis. Di Indonesia, khususnya di daerah pedesaan, akses terhadap layanan kesehatan sering kali menjadi suatu tantangan yang signifikan. Dengan memanfaatkan *telemedicine*, dokter dapat memberikan layanan medis dari jarak jauh kepada pasien yang sulit dijangkau dengan metode tradisional. Menurut keterangan dari informan, inovasi dalam aplikasi *telemedicine* memungkinkan dokter untuk melayani lebih banyak pasien, sehingga pasien dapat memperoleh layanan kesehatan yang lebih baik tanpa terpengaruh oleh jarak atau lokasi mereka. Manfaat *telemedicine* yang diungkapkan oleh informan mencakup peningkatan akses terhadap perawatan, biaya konsultasi yang lebih terjangkau, serta peningkatan kepuasan pasien. Selain itu, kemudahan penggunaan *telemedicine* juga berperan penting dalam menentukan kesiapan masyarakat untuk memanfaatkan layanan ini. Semakin mudah aplikasi tersebut digunakan, semakin besar kemungkinan masyarakat akan memanfaatkannya. Beberapa faktor, seperti desain tampilan yang ramah pengguna, serta penyajian informasi dalam bentuk teks, grafik, atau gambar yang mudah dipahami, sangat memengaruhi kemudahan penggunaan aplikasi *telemedicine*. Jika aplikasi tersebut sulit dipahami atau tidak familiar bagi pengguna, hal ini dapat menghambat

kesiapan mereka dalam memanfaatkan layanan tersebut, karena mereka akan memerlukan waktu lebih lama untuk memperoleh informasi yang diinginkan (Syamsuddin & Jusliani, 2024).

Menurut data dari Konsil Kedokteran Indonesia (KKI) pada tahun 2023, rasio dokter di Indonesia adalah sekitar satu dokter untuk setiap 2.000 pasien, jauh di bawah standar yang ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) yaitu satu dokter untuk setiap 1.000 penduduk. Hal ini menciptakan kesenjangan besar dalam penyediaan layanan kesehatan, termasuk layanan kesehatan mental. *telemedicine* berpotensi menjawab masalah ini dengan menawarkan cara baru untuk menjangkau pasien yang sebelumnya tidak terlayani (Kementrian Kesehatan, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran *Telemedicine* dalam meningkatkan efektivitas manajemen kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini juga akan mengidentifikasi tantangan yang dihadapi dalam penerapan *telemedicine*. Dengan menganalisis kedua aspek ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang mendalam mengenai dampak *telemedicine* terhadap kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

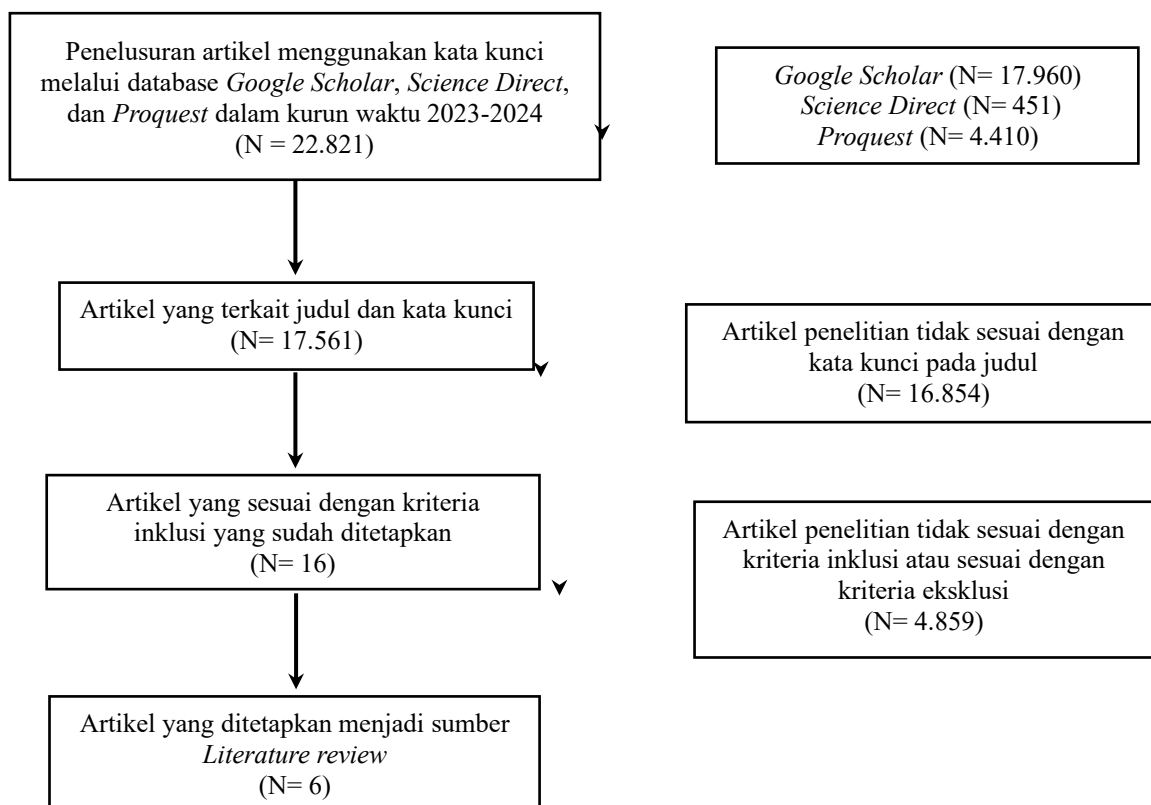
Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literatur review*. Penelusuran data *literatur review* dalam penelitian ini menggunakan tiga database yaitu data base *Google Scholar*, *Science Direct*, dan *Proquest*. Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran artikel bahasa indonesia yaitu : efektifitas, *telemedicine*, manajemen kesehatan, kesehatan mental. Sedangkan kata kunci yang digunakan dalam penelusuran artikel dalam kata kunci yang digunakan dalam penelusuran bahasa inggris yaitu: *Effectiveness, telemedicine, mental health*.

Dalam penelitian *literatur review* ini juga ditetapkan kriteria inklusi dan eksklusi untuk menetapkan artikel yang digunakan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

1. Publikasi jurnal dengan kurun waktu 2023-2024
2. Literatur membahas efektivitas peran *telemedicine*
3. Jurnal akreditasi Nasional dan Internasional (ISSN, ISBN, DOI).
4. Artikel *full text*.

Sedangkan kriteria eksklusi yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu :

1. Artikel *proceeding*.
2. Artikel tidak dapat diakses / tidak *full text*.
3. Artikel yang sama atau duplikasi



HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambar 1 Flow Diagram efektifitas peran *telemedicine* terhadap manajemen kesehatan mental: *literature review*

No	Judul/ Penulis/ Tahun	Nama Jurnal	Sampel Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	<i>The Role of Telemedicine in Voice Therapy</i> (Farsi et al., 2024)	<i>Ear, Nose & Throat Journal</i>	Pasien yang menjalani <i>voice therapy</i> (VT) tatap muka dan pasien yang memilih <i>voice therapy</i> (VT) melalui <i>telemedicine</i> .	Studi kohort	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa pasien yang menggunakan platform <i>telemedicine</i> memiliki tingkat penyelesaian <i>voice therapy</i> (VT) yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang hadir secara langsung. Hasil ini menyoroti pentingnya kemampuan untuk menawarkan opsi berbasis <i>telemedicine</i> dalam manajemen pasien suara.
2.	Analisis Efektivitas Aplikasi Luminds Dalam Mendukung Kesehatan Mental Generasi Z Menggunakan Analisis Swot (Ariyanto et al., 2024)	<i>Technology, Business and Entrepreneurship (TECHBUS)</i>	Peneliti mengumpulkan data dari 77 responden melalui satu kuesioner yang telah disebar menggunakan Google Forms.	Deskriptif Kualitatif	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa peran krusial Luminds sebagai platform konsultasi <i>online</i> yang efektif dalam mendukung kesehatan mental Generasi Z. Melalui analisis SWOT yang komprehensif, terungkap bahwa Luminds memiliki keunggulan yang signifikan, baik dari segi kekuatan internal maupun peluang eksternal. Dari segi kekuatan internal, Luminds memiliki antarmuka yang intuitif dan mudah dinavigasi, konten yang relevan dan informatif mengenai kesehatan mental, serta fitur interaktif yang mendorong partisipasi pengguna. Faktor-faktor ini menjadi kunci dalam menarik dan mempertahankan pengguna dari kalangan Generasi Z. Selain itu, Luminds juga berhasil memanfaatkan peluang eksternal yang muncul seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan generasi muda. Semakin banyak individu dari Generasi Z yang terbuka untuk mencari bantuan dan informasi terkait kesehatan mental, dan Luminds hadir sebagai platform yang aman dan nyaman untuk memenuhi kebutuhan tersebut.
3.	<i>Examining technology use and mental health among parents with newborns in the intensive care unit during the COVID-19</i>	<i>Journal PEC Innovation</i>	47 peserta yang memiliki bayi di Unit Perawatan Intensif Neonatal (NICU) selama pandemi.	<i>Cross-sectional study</i>	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa Skor kesejahteraan kesehatan mental berhubungan negatif dengan stres terkait COVID-19 ($r_s -0,40$, $p = 0,015$). Stresor yang paling umum adalah pembatasan kunjungan rumah sakit. Stres terkait COVID-19 yang lebih tinggi berhubungan dengan penggunaan lebih besar terhadap pesan teks dan video chat [($r_s 0,35$, $p = 0,016$) dan ($r_s 0,33$, $p = 0,025$)]. Kesenangan dalam penggunaan teknologi dan akses terhadap teknologi berhubungan positif dengan skor kesejahteraan kesehatan mental yang lebih tinggi [($r_s 0,42$, $p = 0,003$) dan ($r_s 0,38$, $p = 0,009$)].

	<i>pandemic: A cross-sectional study</i> (Ross et al., 2024)				
4.	<i>Testing the Effectiveness of a Mobile Smartphone App Designed to Improve the Mental Health of Junior Physicians: Protocol for a Randomized Controlled Trial</i> (Lai et al., 2024)	<i>JMIR RESEARCH PROTOCOLS</i>	Sebanyak 778 dokter muda direkrut melalui internet melalui organisasi medis pemerintah dan nonpemerintah di seluruh Australia.	Uji Coba Klinis Acak Terbuka Paralel (2-arm parallel RCT)	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa aplikasi Shift adalah intervensi pertama sejenis yang dibuat untuk mendukung kesehatan mental dokter muda. Jika aplikasi ini terbukti efektif dan sesuai untuk dokter muda, aplikasi ini akan membuka jalan untuk menyediakan alat yang mudah diakses secara luas untuk meningkatkan perilaku mencari bantuan dan berfungsi sebagai alat pencegahan dalam lingkungan kerja yang penuh stres tempat dokter muda beroperasi.
5.	<i>Determinants of Telemedicine Service Use Among Middle-Aged and Older Adults in Germany During the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Survey Study</i> (Neumann et al., 2024)	<i>JMIR Aging</i>	2039 responden dari subsampel Jerman yang diambil dari <i>Corona Survey 2</i> SHARE.	<i>Cross-sectional study</i>	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa untuk mencapai tingkat penggunaan yang tinggi dan penerimaan yang luas terhadap <i>telemedicine</i> , sangat penting untuk memahami faktor-faktor penentu penggunaan layanan <i>telemedicine</i> pada individu berusia menengah dan lebih tua. Temuan studi kami menekankan hubungan antara gejala psikologis dan penggunaan <i>telemedicine</i> di Jerman selama pandemi COVID-19. Dewasa usia menengah dan lebih tua tampaknya menggunakan layanan <i>telemedicine</i> sesuai dengan kebutuhan psikologis dan keterbatasan kesehatan mereka. Dapat disimpulkan bahwa, terutama ketika mereka mengalami gejala psikologis, individu usia menengah dan lebih tua menerima <i>telemedicine</i> sebagai pilihan layanan. Meskipun faktor sosial-ekonomi dan sosial tidak terkait dengan penggunaan layanan <i>telemedicine</i> , hubungan faktor penentu lainnya yang terkait dengan kesehatan dan COVID-19 dengan perilaku penggunaan tetap tidak jelas.
6.	<i>Objective monitoring of loneliness levels using smart</i>	<i>PLoS ONE</i>	Mahasiswa penuh waktu (N = 30) di sebuah universitas di pantai barat yang berusia	Studi longitudinal intensif dengan desain <i>cross-sectional</i> .	Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa ponsel pintar dan informasi terkait aktivitas selama hari tersebut adalah di antara fitur-fitur yang paling penting bagi sebagian besar peserta. Memanfaatkan penilaian multimodal dan sensor pasif untuk secara terus-menerus dan objektif memantau pengalaman

<i>devices: A multi-device approach for mental health applications</i> (Jafarlou et al., 2024)		antara 18–22 tahun direkrut untuk berpartisipasi dalam studi longitudinal intensif yang menyelidiki kesepian dan kesehatan mental.		manusia dapat membantu mengurangi beban peserta dan mendukung upaya yang sedang berlangsung untuk merancang perawatan dan program yang dipersonalisasi guna mendukung kesejahteraan. Menilai pengalaman manusia secara real-time memungkinkan kita untuk mengambil pendekatan yang lebih preventif dalam pengobatan kesehatan, daripada pendekatan reaktif.
---	--	--	--	---

Berdasarkan pencarian literatur yang dilakukan melalui tiga database dengan kata kunci yang telah ditentukan, ditemukan sebanyak 17.561 artikel. Selanjutnya, dilakukan proses skrining untuk memilih artikel yang sesuai dengan judul penelitian, kata kunci, serta kriteria inklusi dan eksklusi. Dari proses skrining tersebut, terpilih 6 artikel yang akan digunakan sebagai sumber untuk tinjauan literatur. Artikel-artikel yang terpilih berasal dari jurnal dengan akreditasi nasional dan internasional (ISSN, ISBN, DOI).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 20 Tahun 2019 tentang *telemedicine* antar Fasilitas Pelayanan Kesehatan, *telemedicine* didefinisikan sebagai pemberian layanan kesehatan jarak jauh oleh tenaga profesional kesehatan dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Layanan ini mencakup pertukaran informasi terkait diagnosis, pengobatan, pencegahan penyakit dan cedera, penelitian, evaluasi, serta pendidikan berkelanjutan bagi penyedia layanan kesehatan, dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. *Telemedicine* dilakukan antar fasilitas pelayanan kesehatan, yang meliputi konsultasi untuk mendukung penegakan diagnosis, terapi, dan/atau pencegahan penyakit, serta dilaksanakan oleh tenaga kesehatan yang memiliki izin praktik di fasilitas penyelenggara layanan kesehatan tersebut (Azzahra et al., 2024). *Telemedicine* memiliki dampak yang signifikan terhadap hasil perawatan kesehatan di daerah pedesaan, dengan meningkatkan manajemen penyakit, status kesehatan, kepuasan pasien, dan penghematan biaya. Dengan mengatasi tantangan geografis dan logistik, *telemedicine* menyediakan solusi untuk memberikan perawatan berkualitas kepada komunitas yang kurang terlayani. Bukti-bukti yang ada menunjukkan bahwa intervensi *telemedicine* dapat menghasilkan hasil kesehatan yang setara atau bahkan lebih baik dibandingkan dengan perawatan tatap muka tradisional, terutama dalam pengelolaan kondisi kronis dan penyediaan perawatan pencegahan (Wildan & Rr.Tutik Sri Hariyati, 2024).

Review dilakukan dengan menganalisis sejumlah artikel yang terpilih sebanyak 6 artikel sesuai dengan ketentuan kriteria inklusi. Hasil penelitian Farsi et al., (2024) menggunakan Studi kohort dengan sampel Pasien yang menjalani *voice therapy* (VT) tatap muka dan pasien yang memilih *voice therapy* (VT) melalui *telemedicine*. Hasilnya menunjukkan bahwa pasien yang menggunakan platform *telemedicine* memiliki tingkat penyelesaian *voice therapy* (VT) yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang hadir secara langsung. Hasil ini menyoroti pentingnya kemampuan untuk menawarkan opsi berbasis *telemedicine* dalam manajemen pasien suara.

Selanjutnya, penelitian Ariyanto et al., (2024) menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif dimana 77 responden melalui satu kuesioner yang telah disebar menggunakan Google Forms. Penelitian melibatkan 77 responden Generasi Z yang merupakan pengguna awal yang telah menggunakan salah satu layanan kesehatan dari jarak jauh *telemedicine* yaitu aplikasi Luminds, dengan rentang usia antara 12 hingga 23 tahun, yang sebagian besar merupakan pelajar dan mahasiswa. Menyatakan peran krusial Luminds sebagai platform konsultasi online yang efektif dalam mendukung kesehatan mental Generasi Z. Melalui analisis SWOT yang komprehensif, terungkap bahwa Luminds memiliki keunggulan yang signifikan, baik dari segi kekuatan internal maupun peluang eksternal. Dari segi kekuatan internal, Luminds memiliki antarmuka yang intuitif dan mudah dinavigasi, konten yang relevan dan informatif mengenai kesehatan mental, serta fitur interaktif yang mendorong partisipasi pengguna. Faktor-faktor ini menjadi kunci dalam menarik dan mempertahankan pengguna dari kalangan Generasi Z. Selain itu, Luminds juga berhasil memanfaatkan peluang eksternal yang muncul seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan. Dikalangan dokter hasil penelitian Lai et al., (2024) dengan metode Uji Coba Klinis Acak Terbuka Paralel (2-arm parallel RCT) dengan sebanyak 778 dokter muda direkrut melalui internet melalui organisasi medis pemerintah dan nonpemerintah di seluruh Australia, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan

layanan kesehatan dari jarak jauh *telemedicine* aplikasi Shift adalah intervensi pertama sejenis yang dibuat untuk mendukung kesehatan mental dokter muda. Jika aplikasi ini terbukti efektif dan sesuai untuk dokter muda, aplikasi ini akan membuka jalan untuk menyediakan alat yang mudah diakses secara luas untuk meningkatkan perilaku mencari bantuan dan berfungsi sebagai alat pencegahan dalam lingkungan kerja yang penuh stres tempat dokter muda beroperasi.

Dari hasil penelitian Ross et al., (2024) dengan metode penelitian *cross-sectional study* dengan 47 peserta yang memiliki bayi di Unit Perawatan Intensif Neonatal (NICU) selama pandemi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Skor kesejahteraan kesehatan mental berhubungan negatif dengan stres terkait COVID-19 ($r_s -0,40$, $p = 0,015$). Stres yang paling umum adalah pembatasan kunjungan rumah sakit. Stres terkait COVID-19 yang lebih tinggi berhubungan dengan penggunaan lebih besar terhadap pesan teks dan video chat [($r_s 0,35$, $p = 0,016$) dan ($r_s 0,33$, $p = 0,025$)]. Kesenangan dalam penggunaan teknologi dan akses terhadap teknologi berhubungan positif dengan skor kesejahteraan kesehatan mental yang lebih tinggi [($r_s 0,42$, $p = 0,003$) dan ($r_s 0,38$, $p = 0,009$)].

Hasil penelitian Neumann et al., (2024) dengan metode penelitian *Cross-sectional* dengan 2039 responden dari sub sampel Jerman yang diambil dari *Corona Survey 2 SHARE*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk mencapai tingkat penggunaan yang tinggi dan penerimaan yang luas terhadap *telemedicine*, sangat penting untuk memahami faktor-faktor penentu penggunaan layanan *telemedicine* pada individu berusia menengah dan lebih tua. Temuan studi kami menekankan hubungan antara gejala psikologis dan penggunaan *telemedicine* di Jerman selama pandemi COVID-19. Dewasa usia menengah dan lebih tua tampaknya menggunakan layanan *telemedicine* sesuai dengan kebutuhan psikologis dan keterbatasan kesehatan mereka. Dapat disimpulkan bahwa, terutama ketika mereka mengalami gejala psikologis, individu usia menengah dan lebih tua menerima *telemedicine* sebagai pilihan layanan. Meskipun faktor sosial-ekonomi dan sosial tidak terkait dengan penggunaan layanan *telemedicine*, hubungan faktor penentu lainnya yang terkait dengan kesehatan dan COVID-19 dengan perilaku penggunaan tetap tidak jelas. Penelitian (Jafarlou et al., 2024) dengan metode penelitian Studi longitudinal intensif dengan desain *cross-sectional* Dimana 30 mahasiswa penuh waktu di sebuah universitas di pantai barat yang berusia antara 18–22 tahun direkrut untuk berpartisipasi dalam studi longitudinal intensif yang menyelidiki kesepian dan kesehatan mental. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ponsel pintar dan informasi terkait aktivitas selama hari tersebut adalah di antara fitur-fitur yang paling penting bagi sebagian besar peserta. Memanfaatkan penilaian multimodal dan sensor pasif untuk secara terus-menerus dan objektif memantau pengalaman manusia dapat membantu mengurangi beban peserta dan mendukung upaya yang sedang berlangsung untuk merancang perawatan dan program yang dipersonalisasi guna mendukung kesejahteraan. Menilai pengalaman manusia secara real-time memungkinkan kita untuk mengambil pendekatan yang lebih preventif dalam pengobatan kesehatan, daripada pendekatan reaktif.

Berdasarkan penelusuran pustaka, efektifitas peran *telemedicine* memiliki pengaruh dalam meningkatkan manajemen kesehatan mental. Oleh karena itu diberikan edukasi pentingnya peran *telemedicine* dalam manajemen kesehatan mental, dalam mengatasi masalah kesehatan mental melibatkan serangkaian tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan mental melalui *telemedicine*. Ini termasuk: efektifitas peran *telemedicine* dalam manajemen kesehatan mental untuk mengelola kondisi kesehatan mereka secara efektif. Ini termasuk 1) Aksesibilitas yang lebih baik : *telemedicine* mengatasi hambatan geografis, memungkinkan pasien di daerah terpencil untuk mendapatkan perawatan kesehatan mental tanpa harus bepergian jauh. 2) Peningkatan keterlibatan pasien : dengan menggunakan *platform* daring, pasien merasa lebih nyaman berbicara tentang masalah kesehatan mental mereka, meningkatkan keterlibatan dalam perawatan dan terapi. 3) Manajemen kondisi kesehatan mental kronis : *telemedicine* efektif dalam mengelola gangguan mental kronis, seperti depresi dan kecemasan, melalui terapi jarak jauh yang rutin dan interaktif. 4) Pengurangan biaya : perawatan kesehatan mental jarak jauh mengurangi biaya perjalanan dan waktu, menjadikannya solusi lebih terjangkau bagi banyak pasien. 5) Fleksibilitas waktu : *telemedicine* memungkinkan pasien untuk memilih waktu konsultasi yang sesuai, memberikan fleksibilitas yang dibutuhkan dalam pengelolaan kesehatan mental. 6) Mengurangi stigma : *telemedicine* membantu mengurangi stigma yang terkait dengan perawatan kesehatan mental, membuat lebih banyak orang merasa nyaman mencari dukungan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil literature review terhadap enam artikel, dapat disimpulkan bahwa telemedicine efektif dalam mendukung manajemen kesehatan mental pada berbagai kelompok usia dan latar belakang. Temuan utama menunjukkan bahwa telemedicine mampu meningkatkan kepatuhan terhadap terapi, memperluas akses layanan kesehatan mental, meningkatkan keterlibatan pasien, serta mendukung perilaku mencari bantuan psikologis. Penggunaan aplikasi kesehatan mental, konsultasi daring, video chat, dan teknologi berbasis smartphone terbukti berhubungan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis, penurunan hambatan akses layanan, serta pemantauan kondisi mental secara lebih berkelanjutan dan preventif. Selain itu, telemedicine memberikan manfaat berupa fleksibilitas waktu, pengurangan biaya, dan berkurangnya stigma dalam mencari layanan kesehatan mental, sehingga berpotensi menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan mental di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ariyanto, S., Eduardo, F. I., Valentivo, T., Stanislaw, W., and Delisia, J., “Analisis Efektivitas Aplikasi Luminds Dalam Mendukung Kesehatan Mental Generasi Z Menggunakan Analisis SWOT,” *TECHBUS (Technology, Business and Entrepreneurship)*, vol. 2, no. 1, pp. 10–25, 2024, doi: 10.61245/techbus.v2i1.19.
- [2] Dewi, R. D. C., *Strategi dan Sumberdaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental di Kalangan Anak Sekolah dan Mahasiswa*, 2024.
- [3] Farsi, S., Brown, M. C., Alsup, N., Pickett, H., Petersen, H., Davis, K., King, D., and Tulunay-Ugur, O. E., “The Role of Telemedicine in Voice Therapy,” *Ear, Nose and Throat Journal*, vol. 1, no. 7, 2024, doi: 10.1177/01455613241258646.
- [4] Jafarlou, S., Azimi, I., Lai, J., Wang, Y., Labbaf, S., Nguyen, B., Qureshi, H., Marcotullio, C., Borelli, J. L., Dutt, N. D., and Rahmani, A. M., “Objective Monitoring of Loneliness Levels Using Smart Devices: A Multi-Device Approach for Mental Health Applications,” *PLoS ONE*, vol. 19, no. 6, pp. 1–23, 2024, doi: 10.1371/journal.pone.0298949.
- [5] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2023.
- [6] Kementerian Kesehatan RI, *Pencegahan dan Pengendalian Gangguan Mental Emosional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2021.
- [7] Kumala, S. A. W., “Pentingnya Sosialisasi Menjaga Kesehatan Mental Bagi Remaja Guna Meningkatkan Kesadaran Akan Masalah Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Di Desa Wonojoyo (KKN-DR IAIN Kediri),” *Insan Cita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 6, no. 1, pp. 136–144, 2024, doi: 10.32662/insancita.v6i1.1737.
- [8] Lai, L., Sanatkar, S., Mackinnon, A., Deady, M., Petrie, K., Lipscomb, R., Counson, I., Francis-Taylor, R., Dean, K., and Harvey, S., “Testing the Effectiveness of a Mobile Smartphone App Designed to Improve the Mental Health of Junior Physicians: Protocol for a Randomized Controlled Trial,” *JMIR Research Protocols*, vol. 13, no. 1, pp. 1–15, 2024, doi: 10.2196/58288.
- [9] Neumann, A., König, H. H., and Hajek, A., “Determinants of Telemedicine Service Use Among Middle-Aged and Older Adults in Germany During the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Survey Study,” *JMIR Aging*, vol. 7, no. 1, 2024, doi: 10.2196/50938.
- [10] Nuroctaviani, A., Permata Satia, E., and Sonia, D., “Analisis Penggunaan Telemedicine pada Pendaftaran Rekam Medis Klinik Pratama Medika Antapani,” *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, vol. 1, no. 8, pp. 910–916, 2021, doi: 10.36418/cerdika.v1i8.149.
- [11] Permatasari, A. A., Satifa, O. D., and others, “Promosi Kesehatan: Pengenalan Telemedicine Pada Orang Tua Siswa di TK-AI Islam 5 Grobagan,” *Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak*

Bersama Masyarakat, vol. 2, no. 1, pp. 1–9, 2024.

- [12] Ross, J. L., Cagino, S. G., and Deneffrio, C. L., “Examining Technology Use and Mental Health Among Parents with Newborns in the Intensive Care Unit During the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study,” *Journal PEC Innovation*, vol. 4, 2024, doi: 10.1016/j.pecinn.2023.100252.
- [13] Sitanggang, A. S., Imanuel, R. G., Rapa, N. I., Shandie, W., and Halim, I. J., “Telemedicine: Revolusi Akses dan Efisiensi Pelayanan Kesehatan di Era Digital,” *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, vol. 2, no. 1, pp. 12–18, 2024.
- [14] Syamsuddin, S. and Jusliani, “Implementasi Telemedicine dan Implikasinya terhadap Akses serta Kualitas Pelayanan Kesehatan di Komunitas Pedesaan: Mini Review,” *Jurnal Riset Sains dan Kesehatan Indonesia*, vol. 1, no. 3, pp. 117–123, 2024.
- [15] Wildan, W. and Hariyati, R. T. S., “Efektivitas Penggunaan Teknologi Telemedicine Terhadap Peran Manager Menganalisis Beban Kerja Tenaga Kesehatan Pada Fungsi Staffing Di Rumah Sakit: Literature Review,” *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma'arif Baturaja*, vol. 9, no. 1, pp. 65–72, 2024, doi: 10.52235/cendekiamedika.v9i1.330.