

# Manajemen Proyek Sistem Informasi Kesehatan Mental Mahasiswa Berbasis Akun Tiktok @healing.campus

Rio Anugrah<sup>1</sup>, Najla Puteri Salsabila<sup>1</sup>, Nurul Agami<sup>1</sup>, Faresh Utomo<sup>1</sup>,  
Vitha Anggraini<sup>1</sup>, Aryo Wiranata<sup>1</sup>, M Arief Rahman<sup>1</sup>

<sup>1</sup>D-IV Manajemen Informatika, Jurusan Manajemen Informatika, Politeknik Negeri Sriwijaya  
Penulis Korespondensi : M Arief Rahman (e-mail: [m.arief.rahman@polsri.ac.id](mailto:m.arief.rahman@polsri.ac.id))

## ABSTRAK

Manajemen Proyek Sistem Informasi Kesehatan Mental Mahasiswa Berbasis Akun Tiktok @Healing.Campus adalah sebuah inisiatif untuk menghadirkan solusi alternatif untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam kesehatan umum, tetapi masalah kesehatan mental pada mahasiswa masih terkendala dan terbatas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan menggunakan teknik analisis data sebagai penelitian teoritis. Metode penelitian kualitatif digunakan karena kajian literatur menunjukkan bahwa penggunaan Tiktok sebagai platform untuk pengembangan kesehatan mental mahasiswa masih terkendala dan terbatas. Teknik analisis data sebagai penelitian teoritis digunakan karena akan memungkinkan untuk mengetahui apakah hipotesis yang telah dibuat dalam kajian literatur benar atau tidak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sistem informasi berbasis akun TikTok yaitu healing.campus untuk kesehatan mental telah mencapai pencapaian yang memuaskan, mencerminkan dampak positif yang signifikan pada audiensnya. Akun Tiktok *Healing.Campus* mampu memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan mental mahasiswa. Konten-konten video motivasi berhasil menciptakan atmosfer dukungan dan empati, memberikan solusi praktis, dan mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental. telah berhasil mencapai hasil yang positif dan signifikan dalam membantu mahasiswa mengatasi masalah kesehatan mental. Akun TikTok ini membuktikan efektivitasnya dalam menciptakan atmosfer dukungan dan empati, memberikan solusi praktis, dan mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental. Dengan adanya sistem informasi tentang kesehatan mental ini diharapkan bisa memberi motivasi atau semangat kepada mahasiswa yang sedang mengalami kesulitan.

**KATA KUNCI** Kesehatan; Mental; Mahasiswa; Tiktok; Healing

## ABSTRACT

Project Management for Mental Health Information System among Students Based on TikTok Accounts (Healing.Campus) is an initiative aimed at providing an alternative solution to assist students in dealing with mental health issues. Mental health is a crucial aspect of general well-being, yet issues related to mental health among students remain constrained and limited. This research employs a qualitative research method and data analysis techniques as a theoretical study. Qualitative research methods are used due to literature indicating constraints and limitations in using TikTok as a platform for developing students' mental health. Data analysis techniques, as part of the theoretical study, are utilized to determine whether the hypotheses formulated in the literature review are accurate. The research findings demonstrate that the TikTok-based information system, Healing.Campus, for mental health has achieved satisfactory outcomes, reflecting a significant positive impact on its audience. The Healing.Campus TikTok account has been able to contribute positively to students' mental health. Motivational video content has successfully created a supportive and empathetic atmosphere, provided practical solutions, and reduced stigma associated with mental health issues. It has successfully attained positive and significant outcomes in aiding students in addressing mental health concerns. This TikTok account proves its effectiveness in creating a supportive and empathetic atmosphere, offering practical solutions, and reducing the stigma associated with mental health problems. The existence of this mental health information system is expected to provide motivation and encouragement to students facing difficulties.

**KEYWORD** *Mental; Health; Student; Tiktok; Healing.*

## 1. PENDAHULUAN

Manajemen Proyek Sistem Informasi Kesehatan Mental Mahasiswa Berbasis Akun Tiktok @Healing.Campus adalah sebuah inisiatif untuk menghadirkan solusi alternatif untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam kesehatan umum, tetapi masalah kesehatan mental pada mahasiswa masih terkendala dan terbatas [1]. Mahasiswa sering mengalami stres akademik yang disebabkan oleh pekerjaan akademik yang banyak, pengetahuan materi, dan ujian. Stres akademik dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti depresi, sakit kepala, dan penurunan kinerja akademik. Pembelajaran *online* juga menyebabkan masalah kesehatan mental seperti penurunan motivasi, percaya diri, dan kesadaran akibat isolasi dan perbedaan dari pembelajaran *offline* [2].

Mahasiswa juga sering mengalami keburukan gizi akibat tidak memiliki waktu untuk memasak dan membeli makanan sehat. Keburukan gizi dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti *lethargy*, *irritability*, dan *depresi*. Mahasiswa juga sering mengalami peer pressure dari teman untuk melakukan kegiatan yang tidak sehat bagi mereka, seperti mengonsumsi alkohol dan merokok. *Peer pressure* dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti penurunan *self-esteem*, depresi, dan *suicidal ideation* [3]. Dengan Manajemen Proyek Sistem Informasi Kesehatan Mental Mahasiswa Berbasis Akun Tiktok @Healing.Campus, kami ingin memberikan solusi alternatif untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental yang diatas. Akun Tiktok *Healing.Campus* akan menyediakan konten-konten berupa video kata-kata motivasi untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental di atas. Penelitian ini perlu menunjukkan dengan jelas bagaimana media sosial, khususnya TikTok, dapat berperan dalam perbaikan kesehatan mental mahasiswa berdasarkan tinjauan literatur psikologi. Permasalahan kesehatan mental yang mungkin muncul akibat penggunaan media sosial juga perlu diakui dan dikaji secara mendalam. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai pengaruh media sosial, khususnya TikTok, terhadap kesehatan mental. Pentingnya menunjukkan hasil penelitian yang dapat diukur terkait dampak media sosial terhadap kesehatan mental tidak dapat disalahkan. Oleh karena itu, peneliti perlu mendapatkan data yang akurat dan melakukan analisis yang cermat, menghindari asumsi atau kesimpulan yang bersifat spekulatif. Bukti pendukung yang kuat diperlukan untuk memvalidasi temuan penelitian [4].

Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya kontribusinya dengan merujuk pada berbagai teori yang dapat digunakan untuk mengukur keberhasilan atau pengaruh dari media sosial, terutama dalam konteks kesehatan mental. Referensi terhadap penelitian-

penelitian terkait yang telah melakukan pengukuran dampak konten media sosial dapat menjadi landasan yang kuat untuk mendukung temuan penelitian ini. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan dapat diandalkan terkait pengaruh konten TikTok Healing.Campus terhadap kesehatan mental mahasiswa.

Manajemen proyek adalah suatu proses pengolahan proyek yang meliputi perencanaan, pengorganisasian dan pengaturan tugas-tugas sumber daya untuk mewujudkan tujuan yang ingin dicapai, dengan mempertimbangkan faktor-faktor waktu dan biaya [5]. Manajemen proyek dapat diterapkan pada jenis proyek apapun, dan dipakai secara luas untuk dalam menyelesaikan proyek yang besar dan kompleks. Fokus utama manajemen proyek adalah pencapaian semua tujuan akhir proyek dengan segala batasan yang ada, waktu dan dana yang tersedia [6]. Sistem informasi adalah komponen-komponen yang saling berkaitan yang bekerja bersama-sama untuk mengumpulkan, mengolah, menyimpan, dan menampilkan informasi untuk mendukung pengambilan keputusan, koordinasi, pengaturan, analisa, dan visualisasi pada sebuah organisasi. Sistem Informasi merupakan suatu sistem di dalam organisasi yang mempertemukan kebutuhan pengolahan transaksi harian yang mendukung fungsi operasi organisasi yang bersifat manajerial [7]. Kesimpulannya sistem informasi adalah suatu kumpulan komponen yang saling berkaitan dan bekerja sama untuk mengumpulkan, mengolah, menyimpan, dan menampilkan informasi.

Manajemen proyek adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan waktu dan sumber daya terbatas untuk mencapai hasil akhir yang ditentukan [8]. Sedangkan Sistem informasi menerima masukan data, instruksi dan mengolah data sesuai dengan perintah untuk mengeluarkan hasilnya [9]. Jadi dapat disimpulkan bahwa Manajemen Proyek Sistem Informasi adalah kegiatan terstruktur untuk merencanakan, mengorganisasi, melaksanakan, dan mengendalikan proyek yang melibatkan pemanfaatan media sosial TikTok dalam konteks psikologi dan kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini tidak berfokus pada pengembangan atau perbaikan sistem informasi yang sudah ada, seperti TikTok. Sebagai pengguna TikTok, penelitian ini lebih berorientasi pada eksplorasi potensi media sosial tersebut dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa. Kesehatan Mental didefinisikan sebagai penyesuaian individu terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya dengan seefektif mungkin, kebahagiaan, tingkah laku sosial yang positif, serta kemampuan untuk menghadapi dan menerima kenyataan hidup yang dilaluinya [10]. Dari beberapa

definisi tentang kesehatan mental diatas dapat diambil simpulan:

- 1) Kesehatan mental dipandang sebagai sesuatu kondisi atau keadaan mental yang sehat.
- 2) Kesehatan mental dipandang sebagai pengetahuan, perbuatan, bahkan seni untuk mencapai kondisi mental yang sehat.
- 3) Kesehatan mental dipandang sebagai aktifitas penyesuaian individu untuk memperoleh kondisi mental yang sehat.

Media Sosial (*Social Networking*) adalah sebuah media *online* dimana para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, sosial *network* atau jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Sementara jejaring sosial merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat *web page* pribadi, kemudian terhubung dengan teman-teman untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Media sosial mengajak siapa saja yang tertarik untuk berpartisipasi dengan memberi kontribusi dan *feedback* secara terbuka, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas [1, 11, 12].

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan menggunakan teknik analisis data sebagai penelitian teoritis. Metode penelitian kualitatif digunakan karena kajian literatur menunjukkan bahwa penggunaan Tiktok sebagai *platform* untuk pengembangan kesehatan mental mahasiswa masih terkendala dan terbatas. Teknik analisis data sebagai penelitian teoritis digunakan karena akan memungkinkan untuk mengetahui apakah hipotesis yang telah dibuat dalam kajian literatur benar atau tidak [13, 14].

Metode *data collection* yang digunakan adalah metode dokumentasi, yaitu melakukan penelitian secara online dan melihat bagaimana konten-konten yang disediakan oleh Akun Tiktok *Healing.Campus* dalam membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental di atas. Data yang digunakan adalah data publik yang tersedia secara *online*.

Metode *data analysis* yang digunakan adalah metode analisis tema, yaitu melihat konten-konten berupa video kata-kata motivasi dari berbagai konten dan akan menjadi referensi untuk pembuatan konten yang akan disediakan oleh Akun Tiktok *Healing.Campus*, serta memperhatikan komentar dari *viewers* akun *Healing.Campus* untuk dianalisa dan menjadi rujukan untuk pembuatan konten selanjutnya dalam membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Data akan diproses dengan cara memilih data yang relevan dan menarik, lalu melihat bagaimana data tersebut dapat menjawab hipotesis-hipotesis yang telah dibuat dalam kajian literatur [15, 16].

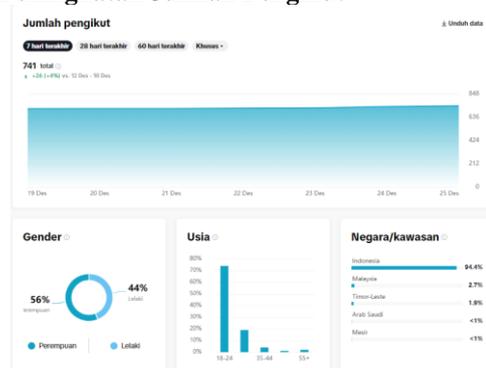
Metode validasi data adalah melihat bagaimana konten-konten yang disediakan oleh Akun Tiktok *Healing.Campus* dalam membantu mahasiswa dalam menghadapi masalah kesehatan mental dengan

memperhatikan komentar *viewers* apakah sudah sesuai dengan apa yang dialami *viewers*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sistem informasi berbasis akun Tiktok yaitu *healing.campus* untuk kesehatan mental telah mencapai pencapaian yang memuaskan, mencerminkan dampak positif yang signifikan pada audiensnya. Akun Tiktok *Healing.Campus* mampu memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan mental mahasiswa. Konten-konten video motivasi berhasil menciptakan atmosfer dukungan dan empati, memberikan solusi praktis, dan mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental. Penting untuk mencatat bahwa hasil ini seharusnya didukung oleh bukti yang dapat diukur secara kuantitatif atau kualitatif. Hal ini bertujuan agar temuan tidak hanya bersifat asumsi semata, melainkan dapat diterima secara objektif dengan mempertimbangkan data dan informasi yang terukur secara jelas.

### 3.1. Peningkatan Jumlah Pengikut



Gambar 1. Peningkatan Jumlah Pengikut

Berkembangnya jumlah pengikut dari 0 menjadi lebih dari 700 mencerminkan daya tarik signifikan dari konten yang disajikan. Peningkatan ini tidak hanya menunjukkan popularitas akun, tetapi juga mencerminkan kebutuhan masyarakat akan informasi dan dukungan terkait kesehatan mental.

### 3.2. Pengaruh Luas Penyebaran (Views) dan Likes

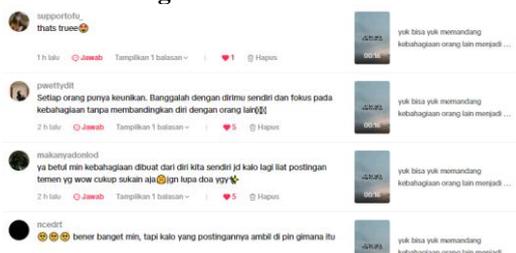


Gambar 2. Pengaruh Luas Penyebaran (Views) dan Likes

Jumlah penayangan yang mencapai lebih dari 903 ribu dan total suka sebanyak 97,8 ribu menunjukkan bahwa akun ini berhasil mencapai dan mendapat respon positif dari audiens. Besarnya angka ini mencerminkan daya tarik konten yang disajikan, dan kemungkinan besar telah memberikan dampak positif pada pemirsa. Keberhasilan akun dengan jumlah penayangan lebih dari

906 ribu dan total suka sebanyak 95,6 ribu mengindikasikan bahwa konten yang disajikan berhasil membangun koneksi yang kuat dengan audiens. Angka-angka ini tidak hanya mencerminkan daya tarik konten, tetapi juga menunjukkan bahwa pesan-pesan motivasi yang disampaikan melalui video mampu meresap dan diapresiasi oleh pemirsa. Terlebih lagi, respon positif dari audiens dapat diartikan sebagai kontribusi positif terhadap kesehatan mental, menunjukkan bahwa akun ini mungkin telah menjadi sumber dukungan emosional yang berharga bagi mereka yang menghadapi tantangan kesehatan mental. Dengan demikian, data penayangan dan respons positif menjadi bukti konkret bahwa konten akun tersebut memiliki dampak yang signifikan dalam menciptakan pengalaman positif bagi pemirsa.

### 3.3. Bukti Dukungan dari Komentar Aktif



Gambar 3. Bukti Dukungan

Komentar yang aktif dan menyatakan bahwa pemirsa merasa terbantu oleh konten merupakan bukti nyata bahwa sistem informasi ini memberikan nilai tambah. Testimoni positif tersebut dapat dianggap sebagai indikator keberhasilan tidak hanya dalam menarik perhatian, tetapi juga dalam memberikan manfaat praktis kepada pengguna. Penting untuk menghindari hasil yang bersifat asumsi guna memastikan bahwa temuan sesuai dengan teori atau bahkan dapat menjadi dasar untuk teori baru. Sejumlah teori yang dapat mengukur dampak keberhasilan atau pengaruh dari media sosial dapat menjadi penambah nilai dalam penelitian ini. Oleh karena itu, diharapkan peneliti dapat memperkaya kajian dengan merujuk pada penelitian-penelitian terkait yang telah melakukan pengukuran terhadap keberhasilan atau pengaruh dari konten media sosial.

Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan menggunakan platform Tiktok sebagai sarana penyuluhan kesehatan mental efektif dalam mencapai target audiens, dengan umur yang didominasi pada umur terutama kalangan mahasiswa terbukti dengan banyaknya views dan komentar dalam beberapa video/konten yang sudah dipublikasikan.

### 4. KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian dan analisis untuk sistem informasi berbasis akun tiktok healing campus, maka penulis mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Sistem informasi berbasis akun media sosial tiktok telah berhasil mencapai hasil yang positif dan signifikan dalam membantu mahasiswa mengatasi

masalah kesehatan mental. Akun Tiktok ini membuktikan efektivitasnya dalam menciptakan atmosfer dukungan dan empati, memberikan solusi praktis, dan mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental.

2. Dengan adanya sistem informasi tentang kesehatan mental ini diharapkan bisa memberi motivasi atau semangat kepada mahasiswa yang sedang mengalami kesulitan

### 5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Ferlitasari and E. Rosana, "Pengaruh media sosial instagram terhadap perilaku keagamaan remaja," *Socio Religia*, vol. 1, no. 2, 2020.
- [2] F. F. Djabari, I. Arwani, and W. H. N. Putra, "Pengembangan Sistem Informasi Manajemen Layanan Konseling FILKOM UB berbasis Mobile," *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, vol. 7, no. 3, pp. 1058-1066, 2023.
- [3] V. Puspaningtyas, O. Supriadi, and H. Waseh, "Manajemen Pelayanan Kesehatan Jiwa Anak Dan Remaja Oleh Dinas Kesehatan Kota Tangerang," Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, 2018.
- [4] I. Nawali and B. R. Suteja, "Pembuatan Sistem Aplikasi Berbasis Website Konsultasi Orang Tua dengan Psikolog untuk Kesehatan Mental Anak," *Jurnal STRATEGI-Jurnal Maranatha*, vol. 5, no. 1, pp. 110-129, 2023.
- [5] R. Teguh, "Sistem Informasi Manajemen Proyek Berbasis Website Pada PT XYZ," *JATISI (Jurnal Teknik Informatika dan Sistem Informasi)*, vol. 6, no. 1, pp. 62-71, 2019.
- [6] D. Darmawan and A. Ratnasari, "Rancang Bangun Sistem Informasi Manajemen Proyek Berbasis Web Pada Pt Seatech Infosys," *Jurnal Sisfokom (Sistem Informasi Dan Komputer)*, vol. 9, no. 3, pp. 365-372, 2020.
- [7] M. Manuhutu and J. Wattimena, "Perancangan Sistem Informasi Konsultasi Akademik Berbasis Website," *J. Sist. Inf. Bisnis*, vol. 9, no. 2, p. 149, 2019.
- [8] N. M. Astari, A. M. Subagyo, and K. Kusnadi, "Perencanaan Manajemen Proyek dengan Metode CPM (Critical Path Method) dan PERT (Program Evaluation and Review Technique)," *Konstruksia*, vol. 13, no. 1, pp. 164-180, 2022.
- [9] M. Susanti, "Perancangan sistem informasi akademik berbasis web pada SMK Pasar Minggu Jakarta," *Jurnal informatika*, vol. 3, no. 1, 2016.
- [10] A. Rosmalina and T. Khaerunnisa, "Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja," *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, vol. 4, no. 1, pp. 49-58, 2021.
- [11] W. S. R. Putri, N. Nurwati, and M. B. Santoso, "Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja," *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 3, no. 1, 2016.

- [12] A. S. F. Utami and N. Baiti, "Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying pada kalangan remaja," *Cakrawala: Jurnal Humaniora Bina Sarana Informatika*, vol. 18, no. 2, pp. 257-262, 2018.
- [13] A. Rimbahari, R. E. Widjayanti, and A. Thahira, "Pengaruh Viral Marketing dan Social Media Marketing Terhadap Keputusan Pembelian di Platform TikTok," *CAPITAL: Jurnal Ekonomi dan Manajemen*, 6 (2), pp. 457-466, 2023.
- [14] C. B. Dewa and L. A. Safitri, "Pemanfaatan Media Sosial Tiktok Sebagai Media Promosi Industri Kuliner Di Yogyakarta Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Akun TikTok Javafoodie)," *Khasanah Ilmu-Jurnal Pariwisata Dan Budaya*, vol. 12, no. 1, pp. 65-71, 2021.
- [15] D. A. Kharisma and Z. M. Nawawi, "Pengaruh Aplikasi Tik tok Shop terhadap Minat Berwirausaha Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Manajemen FEBI UINSU)," *Jurnal Ilmiah Manajemen, Bisnis dan Kewirausahaan*, vol. 3, no. 1, pp. 22-31, 2023.
- [16] A. Arifiah, M. Kasakeyan, and G. Rotinsulu, "Manajemen Privasi Content Creator Tiktok Remaja di Jakarta," *Jurnal Ilmu Siber (JIS)*, vol. 2, no. 2, pp. 88-94, 2023.