

Pemanfaatan Teknologi Digital dalam Konseling Remaja Gereja: *Platform “Teman Baomong” Menjangkau yang Tak Terjangkau di Klasis GMIT Kota Kupang Timur*

Tiwuk Widiastuti^{1*}, Adriana Fanggidae¹, Yuliyanto T. Polly¹, D.M Sihotang¹, N.D Rumlaklak¹,
Marselino K.P. Abdi Keraf²
Program Studi Ilmu Komputer, Universitas Nusa Cendana¹
Program Studi Psikologi, Universitas Nusa Cendana²
tiwukwidiastuti@staf.undana.ac.id*

Abstrak

Kesehatan mental remaja di Provinsi Nusa Tenggara Timur menjadi isu mendesak dengan meningkatnya kasus gangguan mental emosional serta keterbatasan akses terhadap layanan psikologis. Menjawab kebutuhan tersebut, tim pengabdian bermitra dengan Klasis GMIT Kota Kupang Timur mengembangkan Platform Digital “Teman Baomong” sebagai layanan konsultasi kesehatan mental berbasis web untuk sekitar 12.000 remaja Klasis. Program ini bertujuan meningkatkan literasi kesehatan mental dan akses pendampingan psikologis yang aman, terjangkau, dan bebas stigma melalui konsultasi *online* dengan psikolog, tokoh agama, dan konselor sebaya serta penyediaan konten edukatif. Metode pelaksanaan meliputi: (1) pengembangan platform “Teman Baomong”, (2) pelatihan 35 konselor sebaya, (3) edukasi kesehatan mental kepada 121 remaja, dan (4) penyediaan layanan konsultasi *online* secara individu. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* serta melakukan pengujian *User Acceptance Test* (UAT) untuk menilai tingkat penerimaan pengguna terhadap platform. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan literasi kesehatan mental remaja sebesar 39,8% dan meningkatnya keterlibatan konselor sebaya dalam pendampingan komunitas. Hasil UAT terhadap 50 responden memperoleh rata-rata skor 94%, menunjukkan platform dinilai sangat baik dan layak digunakan. Aspek tertinggi adalah kemudahan penggunaan (98%), sementara aspek kecepatan akses memperoleh nilai terendah (83,6%) karena keterbatasan jaringan internet di beberapa wilayah jemaat. Kesimpulannya, implementasi platform “Teman Baomong” efektif meningkatkan akses layanan dan literasi kesehatan mental remaja, serta berpotensi dikembangkan secara berkelanjutan dalam ekosistem dukungan gereja dan komunitas di NTT.

Kata Kunci: Platform Digital; Kesehatan Mental; Konselor Sebaya; Konsultasi *Online*; Remaja.

Abstract

Adolescent mental health in East Nusa Tenggara Province has become an urgent concern due to increasing cases of emotional mental disorders and limited access to psychological services. To address this issue, the community service team partnered with the Klasis GMIT East Kupang City to develop the “Teman Baomong” Digital Platform as a web-based mental health consultation service for approximately 12,000 youth under the Klasis. This program aims to improve mental health literacy and access to psychological support that is safe, affordable, and stigma-free through online consultations with psychologists, religious leaders, and peer counselors, as well as the provision of educational content. The implementation methods included: (1) development of the “Teman Baomong” platform, (2) training of 35 peer counselors, (3) mental health education for 121 adolescents, and (4) provision of individual online consultation services. Evaluation was conducted through pre- and post-tests and a User Acceptance Test (UAT) to assess user acceptance of the platform. The results showed a significant increase in adolescent mental health literacy by 39.8% and enhanced involvement of peer counselors in community assistance. The UAT results from 50 respondents indicated an average score of 94%, demonstrating that the platform is perceived as highly effective and feasible for use. The highest-rated aspect was ease of use (98%), while the lowest was access speed (83.6%) due to internet network limitations in several congregation areas. In conclusion, the implementation of the “Teman Baomong” platform has effectively improved access to mental health services and literacy among adolescents, and it has strong potential for sustainable development within church and community support ecosystems in East Nusa Tenggara.

Keywords: Digital Platform; Mental Health; Peer Counselors; Online Consultation; Adolescents.

1. Pendahuluan

Kesehatan mental remaja menjadi isu yang semakin mengkhawatirkan di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia. Di Indonesia, menurut Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2022 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada remaja terus meningkat dari tahun ke tahun (Dondo et al., 2023). Faktor-faktor seperti tekanan akademik, masalah ekonomi, isolasi sosial, masalah keluarga, perundungan (*bullying*), serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental berkontribusi terhadap tingginya tingkat stres dan kecemasan di kalangan remaja (Fatimah et al., 2020). Kurangnya dukungan psikologis dan minimnya akses terhadap layanan kesehatan mental menjadi faktor yang memperburuk situasi ini. Selain itu, sekitar 2,45 juta remaja, atau sekitar 5,5% dari populasi remaja, telah didiagnosis dengan gangguan kesehatan mental. Dari jumlah tersebut, hanya 2,6% yang mencari bantuan konseling untuk mendukung kesehatan emosional dan perilaku mereka (Suni et al., 2025).

Permasalahan kesehatan mental ini juga terjadi di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), khususnya pada remaja di wilayah pelayanan Klasis Gereja Masehi Injili di Timor (GMIT) Kota Kupang Timur sebagai mitra dalam kegiatan pengabdian ini. Klasis GMIT Kota Kupang Timur membawahi sekitar 35 jemaat dengan jumlah remaja diperkirakan mencapai 12.000 orang. Remaja GMIT menghadapi permasalahan yang kompleks meliputi meningkatnya kasus perilaku berisiko, kecemasan, stres akademik, dinamika keluarga, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental profesional akibat kondisi geografis, biaya layanan psikologis yang relatif tinggi, dan masih kuatnya stigma terkait isu kesehatan mental di lingkungan gereja maupun masyarakat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdi dari Program Studi Ilmu Komputer dan Psikologi Universitas Nusa Cendana menawarkan solusi berupa pengembangan Platform Digital “Teman Baomong” sebagai sarana konsultasi kesehatan mental daring yang mudah diakses, inklusif, terjangkau, dan berkelanjutan bagi remaja GMIT Klasis Kota Kupang Timur. Platform ini menyediakan fitur layanan konsultasi psikologis dengan psikolog profesional, konselor sebaya yang terlatih, serta dukungan pastoral dari pelayan gereja. Selain itu, platform ini juga menyediakan edukasi kesehatan mental dan kampanye antistigma yang diharapkan dapat memperkuat literasi *mental health* dan menciptakan ekosistem dukungan psikologis di lingkungan gereja.

2. Latar Belakang

Berdasarkan data dari WHO, bunuh diri merupakan penyebab utama kematian kedua pada kelompok usia 15–29 tahun (Kurniawan et al., 2024). Data mengenai kasus bunuh diri remaja menunjukkan sejak tahun 2018 hingga akhir 2023, tercatat sekitar 1.200 kasus bunuh diri di NTT, dengan mayoritas korban berasal dari kelompok pelajar dan mahasiswa. Pada tahun 2023 hingga Desember, terdapat 10 hingga 11 kasus bunuh diri di Kota Kupang, dengan sebagian besar korban berasal dari kalangan remaja (Lobo et al., 2025). Data ini memperlihatkan bahwa isu kesehatan mental remaja di NTT merupakan kondisi darurat yang perlu mendapatkan perhatian serius.

Wilayah Klasis GMIT Kota Kupang Timur sebagai mitra kegiatan pengabdian memiliki sekitar 12.000 remaja dari 35 jemaat yang berada dalam cakupan pelayanan gereja. Temuan dari wawancara awal dan data UPP Pemuda menunjukkan bahwa remaja di wilayah ini menghadapi

berbagai tekanan berupa tuntutan akademik, ketidakstabilan ekonomi keluarga, dan perundungan di lingkungan sekolah serta media sosial. Tekanan psikososial tersebut, jika tidak ditangani secara tepat, berpotensi memicu gangguan mental seperti stres berat, kecemasan, dan depresi.

Keterbatasan akses terhadap layanan profesional kesehatan mental menjadi tantangan besar di NTT. Jumlah psikolog dan psikiater tidak sebanding dengan kebutuhan masyarakat. Kondisi geografis dan biaya tinggi konsultasi menambah hambatan bagi remaja untuk memperoleh bantuan psikologis (Ranimpi et al., 2023; Saekoko & Arianti, 2024). Selain itu, stigma negatif terhadap masalah psikologis masih kuat, sehingga banyak remaja enggan mencari pertolongan resmi karena takut dihakimi atau dianggap lemah oleh lingkungan sekitar (Pakerti & Ariana, 2024). Tantangan ini menunjukkan bahwa banyak remaja memilih menyimpan masalahnya sendiri hingga berisiko mengarah pada tindakan ekstrem.

Meskipun Klasis Kota Kupang Timur telah menyediakan layanan pendampingan spiritual bagi remaja, dukungan tersebut belum terintegrasi dengan pendekatan psikologis yang komprehensif. Oleh karena itu, diperlukan inovasi layanan yang dapat menjangkau lebih banyak remaja dan memberikan akses bantuan yang mudah, aman, inklusif, serta bebas stigma.

Pemanfaatan teknologi digital menjadi peluang strategis dalam mendukung layanan kesehatan mental. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *e-counseling* dan *tele-psychology* dapat meningkatkan akses bantuan psikologis, terutama pada kelompok remaja yang akrab dengan perangkat digital (Nasution et al., 2021). Layanan kesehatan mental berbasis web juga terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, mendorong pencarian bantuan, serta menyediakan ruang diskusi yang lebih nyaman dan anonim (Sari & Widodo, 2022). Selain itu, integrasi dukungan psikolog profesional dan konselor sebaya menjadi pendekatan yang relevan dan humanis bagi remaja dalam komunitas keagamaan seperti GMIT (Putra et al., 2023; Lerebulan & Daud, 2020).

Berdasarkan kondisi tersebut, pengembangan platform digital “Teman Baomong” hadir sebagai solusi inovatif untuk mendukung layanan konsultasi psikologis yang lebih mudah diakses, terjangkau, dan berkelanjutan di lingkungan Klasis GMIT Kota Kupang Timur. Platform ini mengintegrasikan bantuan psikolog profesional, konselor sebaya terlatih, dukungan pastoral, serta edukasi kesehatan mental sebagai upaya menciptakan ekosistem dukungan psikologis yang lebih kuat dan sistematis bagi remaja GMIT.

3. Metode

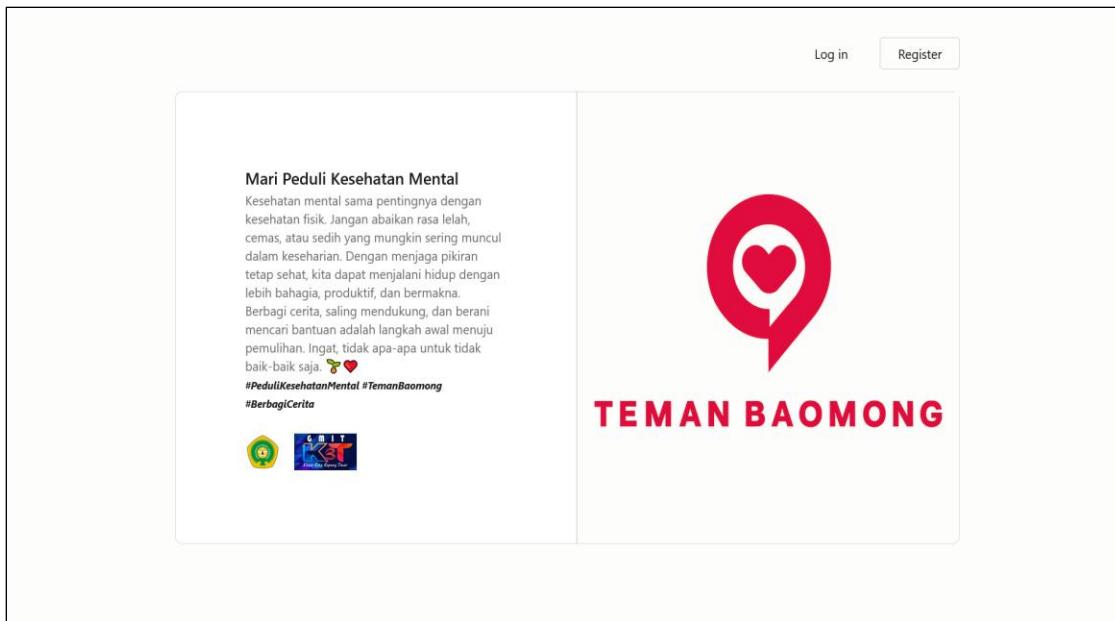
Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Gereja GMIT BetEl Maulafa, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur pada tanggal 05 Oktober 2025, diikuti oleh 140 remaja gereja. Pelaksanaan kegiatan terdiri dari 4 tahapan yaitu:

3.1 Pembuatan Platform Digital “Teman Baomong”

Aplikasi “Teman Baomong” dikembangkan sebagai wadah konsultasi remaja, dibuat berbasis web yang menyediakan layanan konsultasi kesehatan mental. Sistem ini memiliki fleksibilitas yang lebih baik dibanding sistem lain (sistem berbasis *desktop*, LAN atau *intranet*), terutama dilihat dari kemampuannya untuk diakses oleh beberapa pengguna secara bersamaan tanpa tergantung kepada tempat dan waktu akses sehingga memungkinkan masyarakat luas bisa mengakses informasi dari mana saja dan kapan saja. Aplikasi ini memuat fitur utama: *chat*

konsultasi *online*, edukasi kesehatan mental, forum komunitas, dan asesmen mandiri. Alamat url untuk platform digital “Teman Baomong” adalah <https://temanbaomong.lp2mundana.com/>.

Adapun halaman register dan login aplikasi dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Halaman Register dan Login Aplikasi “Teman Baomong”

3.2 Pemberian Materi Konselor Teman Sebaya

Kegiatan ini bertujuan untuk mempersiapkan konselor teman sebaya (*peer counselor*) yang memiliki kemampuan dasar dalam memberikan pendampingan psikososial kepada remaja. Konselor teman sebaya berperan penting sebagai jembatan antara remaja yang membutuhkan dukungan dengan tenaga profesional, seperti psikolog dan konselor gereja. Melalui pendekatan sebaya, diharapkan remaja akan lebih terbuka untuk bercerita dan mencari pertolongan ketika menghadapi permasalahan emosional maupun psikologis. Dalam pelaksanaannya, tim pengabdian bekerja sama dengan HIMPSI (Himpunan Psikologi Indonesia) Wilayah Nusa Tenggara Timur sebagai mitra profesional yang memiliki kompetensi dalam bidang psikologi dan kesehatan mental. Materi yang diberikan mencakup pengenalan dasar tentang kesehatan mental remaja, keterampilan komunikasi empatik, teknik mendengarkan aktif, etika dalam konseling sebaya, serta strategi menghadapi kasus sederhana sebelum dirujuk ke tenaga profesional. Melalui kegiatan ini, diharapkan terbentuk jaringan konselor teman sebaya GMIT yang mampu menjadi agen perubahan dan pendukung kesehatan mental remaja di Klasis Kota Kupang Timur. Peran mereka akan menjadi bagian integral dalam implementasi layanan konsultasi berbasis digital melalui platform “**Teman Baomong**”, sehingga pelayanan kesehatan mental dapat menjangkau remaja secara lebih luas, cepat, dan berkelanjutan. Kegiatan pemberian materi teman sebaya dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan Pelatihan Konseling Teman Sebaya

3.3 Pemberian Materi Kesehatan Mental untuk Remaja

Kegiatan pemberian materi kesehatan mental bagi remaja merupakan salah satu tahapan penting dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, mengenali tanda-tanda gangguan psikologis sejak dini, serta membangun kesadaran bahwa mencari bantuan profesional bukanlah hal yang tabu. Pemberian materi tentang kesehatan mental untuk remaja pada anggota mitra dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Kegiatan Pelaksanaan Pemberian Materi Kesehatan Mental bagi Remaja

3.4 Pelatihan Penggunaan Platform Digital “Teman Baomong”

Pelatihan penggunaan platform “Teman Baomong” merupakan tahap penting dalam implementasi program pengabdian. Kegiatan ini bertujuan untuk memastikan para remaja dan konselor sebaya mampu memanfaatkan platform digital ini secara optimal sebagai sarana konsultasi kesehatan mental. Kegiatan ini dirancang untuk memperkenalkan fitur-fitur utama aplikasi, alur penggunaan, serta mekanisme komunikasi antara pengguna dengan konselor, psikolog, dan komunitas gereja. Pelatihan dilakukan secara praktis dan partisipatif, dengan pendekatan *learning by doing*, sehingga peserta dapat langsung mencoba mengakses dan menggunakan aplikasi melalui perangkat gawai atau komputer. Tim pengabdian memberikan panduan langkah demi langkah mulai dari proses registrasi akun, pengisian profil pengguna, pemilihan jenis layanan konsultasi, hingga cara mengakses materi edukatif dan forum diskusi.

Selain pelatihan teknis, kegiatan ini juga mencakup pembekalan etika penggunaan aplikasi, seperti menjaga kerahasiaan data pribadi, etika berkomunikasi dalam ruang konsultasi daring, serta tanggung jawab konselor sebaya dalam merespons keluhan atau cerita pengguna secara empatik dan profesional. Pendekatan ini dimaksudkan agar aplikasi “Teman Baomong” tidak hanya menjadi sarana teknologi, tetapi juga ruang digital yang aman dan supportif bagi remaja. Pelatihan ini melibatkan tim pengembang aplikasi, psikolog profesional dari HIMPSI NTT, serta perwakilan gereja di Klasis Kota Kupang Timur yang berperan sebagai fasilitator. Setelah pelatihan, peserta diminta untuk memberikan umpan balik terkait kemudahan penggunaan dan tampilan aplikasi, yang kemudian digunakan untuk menyempurnakan sistem sebelum diluncurkan secara penuh. Melalui kegiatan pelatihan ini, diharapkan para remaja, konselor, konselor sebaya, dan pihak gereja memiliki kemampuan yang memadai dalam memanfaatkan platform “Teman Baomong” sebagai media pelayanan dan pendampingan kesehatan mental yang mudah diakses, ramah pengguna, dan berkelanjutan. Pelatihan penggunaan aplikasi “Teman Baomong” pada anggota mitra dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Pelatihan Penggunaan Aplikasi “Teman Baomong”

3.5 Monitoring dan Evaluasi Program

Monitoring dan evaluasi merupakan tahapan penting dalam memastikan efektivitas pelaksanaan program pengabdian Platform Digital “Teman Baomong” serta keberlanjutan dampaknya terhadap peningkatan kesehatan mental remaja GMIT di Klasis Kota Kupang Timur. Tahapan ini bertujuan untuk menilai sejauh mana kegiatan yang telah dilaksanakan, seperti pelatihan konselor teman sebaya, pemberian materi kesehatan mental, dan pelatihan penggunaan aplikasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Proses monitoring dilakukan secara berkala selama kegiatan berlangsung dengan mengamati tingkat partisipasi peserta, keterlibatan mitra (HIMPSI NTT dan pihak gereja), serta kendala teknis maupun non-teknis yang muncul di lapangan. Tim pengabdian menggunakan berbagai instrumen seperti daftar hadir, lembar observasi, dan catatan reflektif dari peserta untuk memperoleh data kualitatif tentang pelaksanaan kegiatan. Sementara itu, evaluasi program dilakukan pada akhir kegiatan dengan dua pendekatan, yaitu evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses menitikberatkan pada efektivitas metode pelatihan, kejelasan materi, dan keterlibatan peserta dalam setiap sesi. Sedangkan evaluasi hasil berfokus pada tingkat pemahaman remaja terhadap isu kesehatan mental, peningkatan keterampilan konselor sebaya, serta kemampuan peserta dalam menggunakan aplikasi “Teman Baomong” sebagai sarana konsultasi daring. Metode evaluasi dilakukan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*, wawancara mendalam. Data hasil evaluasi kemudian dianalisis untuk mengetahui capaian luaran program dan merumuskan rekomendasi perbaikan ke depan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa partisipasi aktif remaja dan dukungan dari gereja berperan besar dalam keberhasilan implementasi program. Namun, ditemukan pula beberapa tantangan seperti keterbatasan akses internet di wilayah tertentu dan kebutuhan akan pendampingan berkelanjutan bagi konselor sebaya. Oleh karena itu, tim pengabdian merencanakan tindak lanjut berupa pendampingan pascapelatihan, pembaruan konten edukatif di platform, serta perluasan kolaborasi dengan sekolah dan komunitas pemuda gereja. Dengan adanya monitoring dan evaluasi yang terstruktur, program “Teman Baomong” diharapkan dapat terus berkembang sebagai model inovatif pelayanan kesehatan mental berbasis komunitas dan teknologi di wilayah Nusa Tenggara Timur.

4. Hasil dan Diskusi

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat pembuatan aplikasi “Teman Baomong” berjalan dengan baik dan mendapat sambutan positif dari berbagai pihak, terutama dari kalangan remaja, pendeta, serta mitra profesional psikologi di wilayah Klasis Kota Kupang Timur. Kegiatan yang mencakup pelatihan konselor teman sebaya, pemberian materi kesehatan mental bagi remaja, serta pelatihan penggunaan aplikasi digital berhasil dilaksanakan sesuai rencana dengan tingkat partisipasi yang tinggi.

4.1 Keterlibatan dan Antusiasme Peserta

Kegiatan pelatihan diikuti oleh 121 remaja perwakilan dari 35 jemaat GMIT di wilayah Klasis Kota Kupang Timur. Antusiasme peserta terlihat dari keaktifan mereka dalam sesi diskusi dan simulasi kasus selama pelatihan. Banyak peserta mengungkapkan bahwa kegiatan ini merupakan pengalaman pertama mereka mendapatkan edukasi formal terkait kesehatan mental. Hal ini menunjukkan masih minimnya akses informasi dan layanan kesehatan mental di kalangan remaja gereja di wilayah tersebut.

4.2 Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Hasil evaluasi menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman peserta terhadap konsep dasar kesehatan mental, kemampuan mengelola stres, serta keterampilan komunikasi empatik. Para konselor teman sebaya juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mendengarkan aktif dan mengenali tanda-tanda gangguan psikososial ringan pada teman sebaya mereka. Hasil nilai *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Nilai *Pre-Test* dan *Post-Test*

Variabel	Mean	SD	Min	Maks
<i>Pre-Test</i>	64.16	11.83	34	90
<i>Post-Test</i>	89.69	6.57	78	100
<i>Post - Pre</i>	25.53	9.13	5	53

Skor rata-rata meningkat lebih dari 25 poin. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja terhadap konsep dasar kesehatan mental dan kemampuan mengelola stres meningkat dari

kategori sedang menuju kategori sangat baik. Pelatihan yang melibatkan HIMPSI Wilayah NTT memberikan kontribusi besar terhadap kualitas penyampaian materi. Kehadiran psikolog profesional membantu memastikan bahwa pelatihan berjalan sesuai dengan prinsip etika konseling dan standar praktik psikologi yang benar.

4.3 Implementasi dan Uji Coba Aplikasi

Setelah pelatihan, peserta melakukan uji coba penggunaan aplikasi “Teman Baomong” secara langsung. Berdasarkan hasil umpan balik, mayoritas peserta menilai aplikasi mudah digunakan (*user friendly*), memiliki tampilan yang menarik, dan menyediakan fitur yang relevan dengan kebutuhan remaja, seperti ruang konsultasi, konten edukatif, serta forum diskusi rohani dan psikologis. Namun, ditemukan beberapa kendala teknis seperti koneksi internet yang tidak stabil di beberapa wilayah dan keterbatasan perangkat gawai milik peserta. Untuk menilai tingkat penerimaan pengguna terhadap aplikasi “Teman Baomong”, dilakukan *User Acceptance Test* (UAT) (Gordon et al., 2022) dengan melibatkan 50 peserta uji coba yang terdiri atas remaja, konselor teman sebaya, dan perwakilan gereja. UAT dilakukan menggunakan kuesioner berbasis skala Likert (1–5) untuk mengukur lima aspek utama, yaitu:

1. Kemudahan penggunaan (*usability*)
2. Tampilan (*interface design*)
3. Kesesuaian fitur dengan kebutuhan pengguna (*functionality*)
4. Kecepatan akses (*performance*)
5. Kepuasan secara keseluruhan (*user satisfaction*)

Setiap indikator dinilai dengan skala:

1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Netral, 4 = Setuju, 5 = Sangat Setuju.

Tabel 2. *User Acceptance Test Platform Digital “Teman Baomong”*

No	Aspek Penilaian	Jumlah Responden	Total Skor	Rata-rata	Persentase Kepuasan
1	Kemudahan Penggunaan	50	245	4.9	98
2	Tampilan	50	240	4.8	96
3	Kesesuaian Fitur	50	239	4.78	95.6
4	Kecepatan Akses	50	209	4.18	83.6
5	Kepuasan Pengguna	50	243	4.86	97.2

Berdasarkan hasil *User Acceptance Test (UAT)* terhadap 50 responden (Tabel 2), diperoleh rata-rata skor keseluruhan sebesar 4.7 atau 94% tingkat penerimaan pengguna. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi “Teman Baomong” dinilai sangat baik dan layak digunakan. Aspek yang memperoleh nilai tertinggi adalah kemudahan penggunaan (98%), sedangkan aspek dengan nilai terendah adalah kecepatan akses (83.6%), yang disebabkan oleh keterbatasan jaringan internet di beberapa wilayah jemaat. Hasil ini memperkuat temuan kualitatif bahwa aplikasi “Teman Baomong” mudah diakses dan relevan dengan kebutuhan remaja GMIT, namun masih memerlukan optimalisasi performa untuk menjamin pengalaman pengguna yang lebih stabil.

5. Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat melalui pengembangan platform digital “*Teman Baomong*” terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas remaja GMIT sebagai konselor teman sebaya serta memperluas akses terhadap layanan kesehatan mental berbasis komunitas. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa pendekatan kolaboratif antara akademisi, HIMPSI Wilayah NTT, dan pihak gereja mampu menciptakan ekosistem pendampingan psikososial yang berkelanjutan. Keberhasilan ini menegaskan bahwa integrasi teknologi digital dengan model pemberdayaan komunitas merupakan strategi yang relevan untuk menjawab keterbatasan akses layanan kesehatan mental di daerah. Secara praktis, “*Teman Baomong*” dapat menjadi model inovatif layanan psikososial yang layak direplikasi di konteks serupa di wilayah lain Indonesia. Sementara itu, secara teoretis, kegiatan ini memperkuat pemahaman bahwa literasi digital dan dukungan sosial berbasis komunitas merupakan faktor penting dalam pembangunan kesehatan mental remaja. Ke depan, penguatan infrastruktur jaringan dan pengembangan konten edukatif yang adaptif diperlukan guna memastikan keberlanjutan dan skalabilitas program.

Ucapan Terima Kasih

Pengabdian ini didukung oleh LPPM Universitas Nusa Cendana. Kami berterima kasih atas dukungan finansial dengan Surat Perjanjian Penugasan No: 166/UN15.22/PL/2025 dan logistik yang diberikan. Penghargaan juga kami sampaikan kepada Ketua Klasis Kota Kupang Timur, Ketua Majelis Jemaat BetEl Maulafa, HIMPSI Wilayah Nusa Tenggara Timur.

Daftar Pustaka

- Dondo, M. L., Riskiyani, S., Suriah, Syafar, M., Wahiduddin, & Jafar, N. (2023). Determinant of Mental Emotional Disorder in Adolescent: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Statistics in Medical Research*, 12, 148–154. <https://doi.org/10.6000/1929-6029.2023.12.18>
- Fatimah, R., Sunarti, E., & Hastuti, D. (2020). *Economic Pressure , Parent-Adolescent Interaction , Abstract*. 13(2), 137–150.
- Gordon, S., Crager, J., Howry, C., Barsdorf, A. I., Cohen, J., Crescioni, M., Dahya, B., Delong, P., Knaus, C., Reasner, D. S., Vallow, S., Zarzar, K., & Eremenco, S. (2022). Best Practice Recommendations: User Acceptance Testing for Systems Designed to Collect Clinical Outcome Assessment Data Electronically. *Therapeutic Innovation and Regulatory Science*, 56(3), 442–453. <https://doi.org/10.1007/s43441-021-00363-z>
- Kurniawan, D., Fitriawan, A. S., Susanti, B. A. D., Firdaus, I., Suparmanto, G., Kafil, R. F., Wulandari, A. N., Setyaningsih, W. A. W., Puspitarini, Z., & Wijoyo, E. B. (2024). Predictors of suicidal behaviors among school-going adolescents: a cross sectional study in Indonesia. *Middle East Current Psychiatry*, 31(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-024-00429-2>
- Lobo, K. M. A., Wijaya, R. P. C., & Aipipidely, D. M. Y. (2025). Religious Leaders’ Perceptions of the Suicide Phenomenon in Kupang City. *Journal of Health and Behavioral Science*, 7(2), 559–574. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v7i2.21406>
- Pakerti, M. I., & Ariana, A. D. (2024). Hubungan Literasi Kesehatan Mental Dan Stigma Diri Dengan Intensi Mencari Bantuan Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 2(4), 309–322. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i4.758>
- Ranimpi, Y. Y., Hyde, M., & Oprescu, F. (2023). Perceptions of Mental Health and Poverty in East Nusa Tenggara-Indonesia: An Indigenous Psychology Approach. *Psympathic : Jurnal*

- Ilmiah Psikologi*, 10(1), 67–76. <https://doi.org/10.15575/psy.v10i1.20675>
- Saekoko, P. P. M., & Arianti, R. (2024). Hubungan antara Happiness dengan Fear of Missing Out pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial di NTT. *Kajian Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 13–22. <https://doi.org/10.35912/kpkm.v2i1.2626>
- Suni, A., Muhammad, A. A., Muhammad, R., Tololiu, T. A., & Pesak, E. (2025). Application of Supportive Therapy Group for Mental-Emotional Problems of Adolescents. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 181–188. <https://doi.org/10.26630/jk.v16i1.4758>