



2.65%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 8 JUL 2024, 2:49 PM

Similarity report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

IDENTICAL 0.11% **CHANGED TEXT** 2.53% **QUOTES** 0.63%

Report #21954445

BAB I PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Indonesia, sebagai salah satu negara dengan populasi keempat terbesar di dunia, sebagaimana dilaporkan oleh databoks , tercermin sebagai keragaman yang kaya di berbagai aspek. Keberagaman di Indonesia, membentang dari Sabang hingga Merauke, melibatkan seluruh lapisan masyarakat dari semua usia. Populasi Indonesia terdiri dari berbagai kelompok usia, mulai dari Baby Boomers (1946 - 1964), Generasi X, Y, Z, hingga Generasi Alpha (mereka yang lahir setelah Generasi Z). Menurut data sensus tahun 2020 yang dikutip dari website databoks , Generasi Z saat ini menduduki posisi teratas sebagai kelompok usia terbanyak di Indonesia, mencapai 27,94%. Fakta ini memberikan implikasi signifikan terhadap arah masa depan negara, dengan peran penting Generasi Z dalam menentukan peta jalan dan dinamika perkembangan Indonesia (Pratiwi, 2023).

8 Generasi Z, merujuk kepada kelompok masyarakat yang lahir pada rentang tahun 1997 hingga 2012, berada di bawah generasi Milenial yang meliputi mereka yang lahir antara tahun 1981 hingga 1996. Data sensus tahun 2020 yang dikutip dari situs website indonesiabaik.id menyatakan bahwa jumlah Generasi Z pada tahun tersebut mencapai 75,49 juta individu, setara dengan 27,94 persen dari total populasi penduduk Indonesia. Jumlah individu Generasi Z pada tahun 2023 diperkirakan sekitar 74,93 juta jiwa (Finaka, 2020). Generasi Z seringkali diidentifikasi sebagai kelompok yang mendapatkan keuntungan atau privilege karena terlibat dalam era industri 4.0, di

mana aktivitas sebagian besar bergantung pada pemanfaatan internet. Partisipasi aktif dalam lingkungan yang canggih ini membawa sejumlah kemudahan yang pada gilirannya menetapkan standard harapan yang tinggi terhadap Generasi Z. Generasi Z diharapkan mampu menjadi penerus bangsa yang mampu menghadirkan kreativitas dan inovasi tinggi dengan berbagai privilege yang mereka miliki. Manifestasi dari fenomena ini terlihat dalam banyaknya Start-Up yang dirintis oleh individu muda, dimana hampir 50% start-up tersebut diinisiasi oleh generasi ini. Walaupun terdapat ekspektasi positif dan standar yang tinggi, situasi ini menciptakan tekanan yang signifikan bagi remaja berusia 18-25 tahun. Tidak hanya terbatas pada harapan-harapan tersebut, Generasi Z juga memiliki keterkaitan yang kuat dengan isu-isu seputar kesehatan mental atau mental health . Kesehatan mental telah menjadi topik perbincangan yang semakin intens dalam kurun waktu tiga tahun terakhir. Fenomena transisi yang melibatkan peristiwa signifikan seperti pandemi global yang melanda seluruh dunia telah menjadi salah satu faktor peningkatan kesadaran terhadap kesehatan mental individu. Data terbaru dari survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022, dikutip dari Kompas.id , ditemukan bahwa sekitar 5,5 persen remaja berusia 10 - 17 tahun didiagnosis mengalami gangguan mental dalam kurun waktu 12 bulan terakhir, yang umumnya disebut sebagai Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).

Sekitar 34,9 persen dari kelompok tersebut mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental atau tergolong sebagai Orang Dengan Masalah Kejiwaan (ODMK). Temuan ini memberikan gambaran yang jelas tentang prevalensi dan signifikansi tantangan kesehatan mental di kalangan remaja, menyoroti urgensi perhatian lebih lanjut dalam upaya pencegahan dan pengelolaan kesehatan mental di masyarakat (Arif, 2023). Sosial media, seperti Instagram dan platform X, seringkali dijadikan wadah oleh individu untuk mengekspresikan perasaan dan pemikiran yang tengah mereka alami. Fenomena ini membawa implikasi serius, terutama bagi anak muda di Indonesia, yang seringkali menghadapi kecaman dan hinaan ketika mereka mencurahkan perasaan serta membagikan masalah pribadi di platform sosial media. Tindakan ini tidak hanya menambah kompleksitas masalah yang dihadapi mereka, melainkan juga dapat menciptakan kesulitan dalam menemukan ruang untuk berbicara mengenai permasalahan yang mereka hadapi. Dalam konteks ini, menjadi penting untuk memahami bahwa fenomena tersebut menjadi salah satu faktor kunci dalam meningkatnya kerentanan kesehatan mental Generasi Z di Indonesia. Data dari situs web FK UI, merujuk pada hasil survei Indonesia-National Adolescent, mengungkapkan bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental (UI, 2023). Generasi Z (Gen-Z) menunjukkan keterkaitan yang signifikan dengan isu kesehatan mental. Beberapa faktor mendasari masalah

ini, termasuk kecemasan berlebih, tekanan dari orang tua, pengalaman sebagai bagian dari sandwich generation, masalah finansial, dinamika percintaan, serta lingkungan yang tidak mendukung. Kompleksitas masalah yang dihadapi oleh Gen Z menuntut adanya wadah untuk mereka berbicara dan menyampaikan permasalahan yang dihadapi. Meskipun demikian, sebagian besar dari mereka enggan membuka diri, mungkin karena kekhawatiran terhadap respons yang tidak diinginkan atau penghakiman. Fenomena ini menciptakan ketidakpastian terkait kepercayaan, menyebabkan sebagian remaja atau Gen Z memilih untuk merahasiakan diri, menganggap bahwa berbicara hanya akan menimbulkan masalah baru atau risiko dihakimi. Lebih serius lagi, ketika masalah kesehatan mental dibiarkan tanpa penanganan sejak awal, dapat berujung pada perilaku merugikan diri bahkan hingga tindakan bunuh diri. Menurut data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (Polri), tercatat 971 kasus bunuh diri di Indonesia dari Januari hingga 18 Oktober 2023 (Muhammad, 2023). Salah satu aspek yang mencolok dalam isu kesehatan mental Generasi Z, yang seringkali kurang mendapat sorotan, adalah kecemasan berlebih atau yang umumnya dikenal sebagai anxiety. Kondisi kecemasan ini bersifat interpersonal, di mana dampaknya mencakup aspek kepercayaan diri, pikiran, dan perilaku individu. Individu yang mengalami kecemasan cenderung menunjukkan ketidakpercayaan diri dan merasa kurang mampu bersaing di level tertentu, terutama di lingkungan yang dianggap kompetitif. ⁴ Meskipun data spesifik mengenai prevalensi kecemasan berlebih atau anxiety di Indonesia belum tersedia, survei dan penelitian menunjukkan bahwa gangguan mental emosional, termasuk kecemasan dan depresi, melibatkan sekitar 11,6% dari populasi orang dewasa pada tahun 2007. Adapun beberapa faktor pemicu kecemasan berlebih di Indonesia mencakup tingginya tingkat stres, perubahan lingkungan yang cepat, perubahan kebutuhan hidup, dan dampak pandemi COVID-19 (Anindyajati, 2021). Generasi Z (Gen Z) menunjukkan keterkaitan yang signifikan dengan isu kesehatan mental, yang muncul dari berbagai faktor seperti kecemasan berlebih, tekanan orang tua, peran sebagai bagian dari sandwich generation, masalah finansial,

dinamika percintaan, dan lingkungan yang tidak mendukung. Kompleksitas masalah ini membutuhkan sarana bagi Gen Z untuk menyampaikan dan membicarakan permasalahan yang dihadapi. Meskipun demikian, banyak dari mereka enggan membuka diri, dikhawatirkan oleh respons negatif atau penghakiman. Hal ini menciptakan ketidakpastian terkait kepercayaan, mendorong sebagian remaja atau Gen Z untuk merahasiakan diri karena takut berbicara akan menimbulkan masalah baru atau risiko dihakimi. Penanganan masalah kesehatan mental yang tidak tepa sejak awal dapat mengakibatkan perilaku merugikan diri, bahkan tindakan bunuh diri, seperti yang tercatat dalam data Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (Polri) hingga 18 Oktober 2023, yang mencatat 971 kasus bunuh diri di Indonesia sepanjang periode tersebut (Jolicoeur, 2023). Kecemasan ini timbul akibat sejumlah faktor, di antaranya adalah ketidakpastian terkait masa depan, situasi finansial, kemajuan teknologi, dan pengaruh media sosial, serta tekanan dalam mencapai prestasi. Faktor-faktor ini merupakan sumber utama kecemasan berlebih yang berasal dari lingkungan sekitar. Ketidakpastian terkait masa depan dan kondisi finansial menonjol sebagai penyebab paling umum, khususnya terkait dengan fenomena sandwich generation di mana seseorang harus memenuhi kebutuhan hidup dua generasi sekaligus, termasuk dirinya sendiri. Situasi ini menjadi beban mental yang, jika tidak dikelola dengan baik, dapat menghasilkan kecemasan berlebih. Sebaliknya, daripada membangkitkan semangat, kondisi ini bisa menjadi sangat merugikan saat seseorang merasa tidak mampu menghadapi realitas hidupnya (Care, 2023). Meningkatnya kasus anxiety di kalangan remaja atau Generasi Z, memerlukan suatu media atau platform yang dapat membantu mereka mengatasi tantangan yang dihadapi. Salah satu solusi yang diusulkan adalah perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi self-care. Peningkatan tingkat kesulitan dalam kecemasan berlebih (anxiety) menunjukkan sebuah urgensi yang memerlukan penanganan dari akar permasalahannya sebelum mencapai tingkat yang signifikan. Saat ini, melalui platform media sosial seperti Instagram dan X, muncul tanda-tanda bahwa remaja membutuhkan tempat atau

sarana untuk mengekspresikan berbagai permasalahan yang mereka hadapi. Dengan adanya perancangan UI khusus Self Care , diharapkan dapat melakukan pencegahan dan memberikan dukungan kepada sejumlah besar remaja yang sedang mengalami tantangan kecemasan berlebih, bertujuan untuk membantu mereka meraih kesejahteraan yang lebih baik. (Jamilah & Padmasari, 2022)

Diterapkannya perancangan antarmuka pengguna (UI) ini, diharapkan remaja yang menunjukkan indikasi atau sedang mengalami permasalahan anxiety dapat mengatasi kondisi mereka dengan efektif. Perancangan UI ini memuat berbagai fitur dan tampilan antarmuka yang dirancang untuk memberikan kenyamanan kepada pengguna, dengan tujuan membantu mengatasi berbagai permasalahan yang mungkin dihadapi. Fitur-fitur yang akan tersedia meliputi komunitas, forum diskusi (threads) , daftar putar (playlist) , hingga kutipan atau kata-kata afirmatif guna mendukung pengguna yang sedang mengalami masalah anxiety , agar mereka tidak merasa sendirian dan mendapatkan dukungan dalam lingkungan yang bersifat mendukung. Perancangan UI aplikasi ini akan mengadopsi metode psikoedukasi sebagai salah satu pendekatan. Psikoedukasi merupakan strategi yang efektif dalam pencegahan dan penanganan kecemasan dengan menyediakan informasi yang informatif dan mudah dimengerti. Dengan memberikan edukasi kepada para remaja, diharapkan mereka dapat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang berbagai jenis kecemasan yang mereka alami. Pendekatan psikoedukasi dalam bidang kesehatan mental bertujuan untuk memberikan pemahaman, informasi, dan keterampilan dalam mengelola gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan. Melalui pendekatan ini, individu dapat mengenali gejala, penyebab, serta mengelola kecemasan dengan lebih efektif, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup dan mencegah kekambuhan. Dalam psikoedukasi terkait kecemasan, topik yang umumnya disampaikan mencakup pemahaman mengenai gejala kecemasan, strategi mengelola stres, teknik relaksasi, pola tidur dan pola makan yang sehat, serta pentingnya aktivitas fisik dan sosial dalam menjaga kesehatan mental. Selain itu, psikoedukasi juga dapat melibatkan peran keluarga dan orang-orang terdekat untuk menciptakan

lingkungan yang mendukung bagi individu yang mengalami kecemasan (American Psychological Association, 2023). Dengan memberikan pemahaman yang komprehensif tentang kecemasan dan cara mengelolanya, psikoedukasi dapat berperan penting dalam mencegah kecemasan berlebih, mengurangi stigma terkait gangguan kesehatan mental, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya perawatan kesehatan mental. Hal ini dapat membantu individu untuk lebih proaktif dalam merawat kesehatan mental mereka dan mengurangi dampak negatif dari kecemasan berlebih. Banyak individu Gen Z yang kurang memahami permasalahan dan kecemasan yang mereka alami, sehingga pendekatan psikoedukasi sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka. Oleh karena itu, dibutuhkan perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi yang dapat mengedukasi dan menangani kecemasan Gen Z sejak tahap awal melalui metode psikoedukasi. Pemilihan perancangan UI aplikasi sebagai solusi didasarkan pada fakta bahwa teknologi terbukti mampu menyelesaikan berbagai permasalahan masyarakat, seperti Gojek, Halodoc, Ruangguru, Zoom, dan lain-lain. Penelitian ini akan mengadopsi pendekatan sosial dalam mengkaji kelompok remaja, khususnya Generasi Z. Peneliti akan berupaya mengidentifikasi permasalahan utama yang sedang dihadapi oleh Generasi Z pada saat ini. Selain itu, peneliti akan mengumpulkan data melalui konsultasi dengan psikolog yang memiliki pengalaman dalam menangani remaja untuk memahami akar permasalahan yang mendasari serta solusi yang dapat diimplementasikan dalam perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi, dengan tujuan membantu pengguna agar dapat merasa lebih baik.

5 9 1.2 Rumusan dan Identifikasi Masalah Adapun hal-hal yang dapat menjadi rumusan masalah berdasarkan dari permasalahan pada latar belakang adalah sebagai berikut: 1. Bagaimana merancang User Interface aplikasi “Titik temu” yang dapat berperan sebagai tempat untuk bercerita? 2. Bagaimana cara membuat sebuah ekosistem yang supportif dan informatif pada sebuah perancangan aplikasi? 3. Bagaimana cara membuat sebuah media informatif yang dapat mengedukasi Gen Z terkait kecemasan yang mereka alami? Dari permasalahan yang terdapat pada latar belakang, ada beberapa masalah yang teridentifikasi oleh

peneliti sebagai berikut: 1. Kurangnya Kesadaran Gen Z tentang Kecemasan Berlebih. 2. Keterbatasan Akses Informasi Terhadap Sumber Daya Kecemasan Berlebih. 3. Tingkat Kecemasan yang Beragam. 4. Kebutuhan akan Informasi yang Akurat. 5. Butuhnya dukungan dan motivasi dalam mengatasi kecemasan yang mereka alami.

6 10 1.3 Tujuan Penelitian Berdasarkan uraian latar belakang dan penjelasan permasalahan, penulis memiliki tujuan dalam menulis tugas akhir yaitu: 1.

Merancang User Interface aplikasi untuk Gen Z dalam mencegah kecemasan berlebih. 2. Membentuk sebuah ekosistem dan lingkungan yang supportif lewat sebuah fitur komunitas pada perancangan aplikasi. 3. Memberikan informasi dan wawasan terkait kecemasan berlebih dengan metode psikoedukasi. 4. Membuat sebuah alat media yang dapat memberikan informasi yang lengkap terkait kecemasan pada Gen Z melalui metode psikoedukasi dan Plant Therapy . 5 6 20 1.4 Manfaat Penelitian Adapun manfaat

penelitian ini sebagai berikut: 1. Penyediaan langkah awal dalam upaya pencegahan kecemasan pada Generasi Z. 2. Fasilitasi ruang yang aman bagi Generasi Z untuk berbagi pengalaman serta memperoleh dukungan terkait kecemasan yang mereka alami. 3. Bantuan dalam mengelola respons dan pemikiran Generasi Z terhadap tantangan yang dihadapi dalam lingkungan sekitarnya. 4. Menyediakan sumber informasi yang valid dan terpercaya tentang kecemasan berlebih bagi Generasi Z dan masyarakat umum. 5. Kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan ilmiah dalam bidang Perancangan UI terkait strategi mitigasi kecemasan. 6. Penyediaan data yang dapat digunakan oleh universitas atau instansi terkait untuk memantau dan merespons tingkat kecemasan pada populasi Generasi Z secara lebih efektif.

1.5 Sistematika Penulisan Untuk mempermudah akses informasi terkait penulisan proposal, laporan tugas akhir ini disusun dengan sistematika penulisan sebagai berikut: a. Bagian Awal Proposal Tugas Akhir Pada awal proposal tugas akhir ini, terdapat bagian yang mencakup abstrak, rangkuman, serta dokumen-dokumen yang memerlukan legalisasi. Selain itu, bagian ini juga meliputi daftar isi, daftar gambar, dan daftar tabel. b. Bagian Isi Proposal Tugas Akhir BAB 1 PENDAHULUAN Pada bab pertama



ini, terdapat pendahuluan terkait proses penyusunan tugas akhir, mencakup informasi terkait topik yang diangkat pada tugas akhir ini mengenai topik kecemasan berlebih pada Gen Z seperti alasan munculnya kecemasan berlebih, dampaknya pada remaja, identifikasi masalah rumusan, tujuan penelitian, hingga manfaat dari penelitian mengenai perancangan UI aplikasi terkait kecemasan berlebih ini. BAB 2 TINJAUAN UMUM Bagian tinjauan umum menggambarkan tinjauan yang mencakup teori dan data yang dikutip dari berbagai sumber untuk memperkaya pemahaman serta data penelitian, sehingga dapat meningkatkan hasil akhir dari penelitian tugas akhir ini. Tinjauan umum ini mencakup berbagai teori yang penulis manfaatkan, seperti teori perancangan UI, teori psikologi, teori warna, teori tata letak, teori ilustrasi, dan teori mengenai kecemasan. BAB 3 METODOLOGI DESAIN Bagian metodologi desain ini mencakup perancangan dan gambaran awal mengenai hasil akhir dari penelitian ini. Metodologi desain ini membahas aspek-aspek terkait, seperti pengumpulan data, metode riset, jenis penelitian, dan analisis data yang terkait dengan produk serta pesaing dalam kategori produk yang sama. BAB 4 STRATEGI KREATIF Pada bab 4 ini peneliti menjelaskan terkait dari gambaran output tugas akhir yang berupa perancangan UI aplikasi “Titik Temu” mulai dari strategi komunikais , anaslisa, proses tahapan, hingga media pendukung yang digunakan dalam mempromosikan output dari tugas akhir. BAB 5 PENUTUP Bab 5 ini berisikan kesimpulan dari materi yang terdapat dari bab 1 sampai bab 4 yang dimana bab 5 ini dibagi menjadi kesimpulan dan saran dari segi peneliti dalam menyelesaikan output dari tugas akhir. c. Bagian Akhir Proposal Tugas Akhir Bagian akhir dari proposal tugas akhir ini mencakup aspek-aspek yang terkait dengan lampiran dan daftar pustaka yang berisi referensi-referensi yang menjadi dasar dalam menyusun penelitian tugas akhir ini. BAB II TINJAUAN UMUM 2.1 Tinjauan Pustaka Dalam membantu pengerjaan projek tugas akhir ini, penulis menggunakan beberapa Tinjauan Pustaka untuk memperkuat dan mempermudah proses penyelesaian proses perancangan User Interface (UI) aplikasi “Titik Temu” ini. Adapun beberap

a tinjauan Pustaka yang peneliti gunakan . a. Ross, Arromah, Hasanah, Yusran, & Wijareni, 2021. Perancangan Aplikasi Kesehatan Mental “NAFS” (Islamic Psycho Spiritual Therapy) Berbasis Android Menggunakan Metode PDC A (Plan-Do - CheckAction). Jurnal Informatika Universitas Pamulang. Dikutip dari jurnal informatika Universitas Pamulang, Tulisan ini menjelaskan perancangan aplikasi NAFS yang berbasis Android. Aplikasi ini dirancang untuk membantu individu dengan gangguan mental menggunakan pendekatan psikologi Islam. Perancangan Aplikasi NAFS menggunakan metode PDCA dengan desain partisipatif. Hasil dari seluruh tahapan perancangan menunjukkan bahwa Aplikasi NAFS, berdasarkan pengujian alpha (metode black box) dan beta, memiliki fungsionalitas dan performa yang sesuai dengan kebutuhan dan desain yang telah ditentukan. Jurnal penelitian ini dapat memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data dan teori penelitian terkait perancangan aplikasi User Interface bertemakan Kesehatan mental yang berbasis aplikasi. Perbedaan antara penelitian yang diambil dari jurnal informatika di atas dengan proyek tugas akhir yang sedang dikembangkan oleh peneliti terletak pada fokus tema kecemasan mental serta metode yang digunakan dalam perancangan UI aplikasi. Peneliti memfokuskan proyek tugas akhir ini pada topik kecemasan berlebih, sementara penelitian dari jurnal tersebut membahas kesehatan mental secara keseluruhan dengan pendekatan psikologi Islam (Ross, Arromah, Hasanah , Yusran, & Wijareni, 2021). b. Abukhair, Herawati, Solihat, & Pratiwi, 2022. PERANCANGAN APLIKASI CURHAT ONLINE UNTUK MEMBANTU DALAM MENYELESAIKAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL REMAJA. Jurnal UPI.

3 Dikutip

dari Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia, Artikel ini membahas perancangan aplikasi curhat online yang dirancang untuk membantu remaja dalam menyelesaikan gangguan kesehatan mental. Aplikasi ini menggunakan pendekatan co-creation untuk memudahkan interaksi antara pengguna dan psikiater. Curhat online adalah salah satu pendekatan yang dilakukan untuk membantu menyelesaikan gangguan Kesehatan mental pada remaja. Kasus ini juga dapat digunakan oleh peneliti dalam pengerjaan proyek perancangan UI aplikasi “Titik Temu”. Peneliti juga menggunakan sebuah pendekatan melalui

curhat online namun dengan fitur Ai Chat bot yang akan membantu para pengguna yang kesulitan dalam menceritakan kecemasan yang mereka alami kepada orang lain. Dengan adanya fitur ini dalam perancangan UI aplikasi “Titik Temu” diharapkan dapat membantu bahkan mempermudah pengguna dalam mengatasi kecemasan berlebih yang sedang ia alami. Jurnal ini membantu sekaligus menjadi referensi peneliti dalam mencari pendekatan yang sesuai dan dapat diterapkan kepada remaja lewat perancangan aplikasi. (Abukhair, Herawati, Solihat, & Pratiwi, 2022) c. Jamilah, Y. S., & Padmasari, A. C. (2022). PERANCANGAN USER INTERFACE DAN USER EXPERIENCE. Jurnal Tantra , 3. Dalam jurnal "TANTRA: Perancangan User Interface dan User Experience Aplikasi Say.co, dibahas aspek pentingnya perancangan UI dan UX dalam konteks aplikasi. Poin pertama yang ditekankan adalah kenyamanan dan kemudahan pengguna dalam mencari informasi yang dibutuhkan. Jurnal ini menyoroti tingkat kenyamanan sebagai faktor utama dalam penggunaan aplikasi, khususnya dalam konteks pencarian informasi. Fokus jurnal mencakup perancangan UI untuk keperluan Self Care , yang memiliki relevansi sebagai landasan dan pembanding untuk penelitian dalam proyek tugas akhir. Jurnal ini memberikan kontribusi pada pemahaman dan pengembangan desain antarmuka yang lebih baik dan memperkuat dasar penelitian pada proyek tugas akhir. Jurnal ini berguna untuk menjadi referensi peneliti dalam merancang UI aplikasi yang baik dan benar melalui prinsip desain serta teori mengenai pengalaman pengguna atau User Experience (Jamilah & Padmasari, 2022). 2.2 Tinjauan Teori Teori utama dari proyek tugas akhir ini adalah menggunakan teori yang menjelaskan tentang proses perancangan User Interface (UI) aplikasi menggunakan prinsip-prinsip desain secara desain komunikasi visual, serta teori terkait metode- metode secara psikologi mengenai kecemasan berlebih yang dapat diimplementasikan ke dalam sebuah perancangan User Interface (UI) aplikasi. Teori yang digunakan pada penelitian ini dibagi menjadi 2 bagian, yaitu teori UI/UX dari segi DKV serta teori mengenai Kecemasan Berlebih. 2.2.1 Teori Psikologis Terkait Kecemasan Kecemasan merupakan fenomena psikologis yang umum dialami

oleh individu dalam berbagai konteks kehidupan. Dalam kaitannya dengan psikologi, kecemasan merujuk pada perasaan takut, gelisah, atau ketegangan yang berlebihan terhadap situasi atau objek tertentu. Fenomena ini memiliki implikasi yang signifikan terhadap kesejahteraan mental dan kualitas hidup seseorang. Oleh karena itu, penelitian mengenai psikologi kecemasan menjadi hal yang relevan dan penting untuk dijelajahi lebih lanjut. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai respon emosional yang melibatkan perasaan takut, gelisah, atau ketegangan yang berlebihan terhadap suatu situasi atau objek yang dianggap mengancam individu. Kondisi ini seringkali disertai dengan gejala fisik seperti peningkatan denyut jantung, keringat dingin, gemetar, dan kesulitan bernapas. (Ridlo, 2020) Kecemasan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenis, di antaranya: a. Gangguan Kecemasan Umum (GAD): Kecemasan yang kronis dan terus-menerus yang tidak terkait dengan situasi atau objek tertentu. b. Gangguan Kecemasan Sosial (SAD): Kecemasan yang berkaitan dengan situasi sosial atau interaksi dengan orang lain. c. Gangguan Panik: Kecemasan yang disertai dengan serangan panik yang tiba-tiba dan intens. d. Gangguan Kecemasan Spesifik (phobia): Kecemasan yang terfokus pada situasi atau objek tertentu. Untuk mencegah timbulnya kecemasan, beberapa metode pencegahan yang dapat dilakukan antara lain: a. Manajemen Stres: Pembelajaran teknik relaksasi seperti meditasi, yoga, atau latihan pernapasan dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan. b. Gaya Hidup Sehat: Pola makan seimbang, olahraga teratur, dan cukup istirahat dapat menjaga keseimbangan mental dan emosional. Ketika kecemasan telah muncul, seorang psikolog dapat memberikan penanganan yang sesuai, seperti: a. Terapi Kognitif-Perilaku (CBT): Terapi ini bertujuan untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang maladaptif terkait dengan kecemasan. b. Terapi Psikodinamik: Terapi yang bertujuan untuk menjelajahi akar penyebab kecemasan dari segi psikologis dan emosional. c. Pemberian Obat-obatan: Psikolog dapat merujuk pasien kepada psikiater untuk mendapatkan resep obat-obatan yang sesuai untuk mengurangi gejala kecemasan. d. Terapi

Psikoedukasi: Terapi merupakan suatu pendekatan yang bertujuan untuk memberikan informasi, pemahaman, dan keterampilan kepada individu atau keluarga mengenai gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan. Selain terapi diatas, adapula salah satu. Terapi atau metode yang terbukti dapat meredakan stress dan kecemasan yang dinamakan plant therapy. Plant therapy ini marak digunakan pada saat era pandemic beberapa tahun lalu. Plant therapy digunakan untuk mengurangi perasaan cemas atau stres ketika masyarakat tidak dapat beraktivitas seperti biasa atau dirumah saja. Plant therapy , atau terapi tanaman, adalah sebuah metode terapi yang memanfaatkan tanaman dan alam untuk meningkatkan kesehatan mental dan fisik seseorang. Terapi ini melibatkan berbagai aktivitas, seperti berkebun, merawat tanaman, dan menghabiskan waktu di alam. Cara kerja plant therapy ini pun didasari pada beberapa mekanisme seperti: a. Mengurangi stres: Menghabiskan waktu di alam dan merawat tanaman dapat membantu menurunkan kadar kortisol, hormon stres, dalam tubuh. b. Meningkatkan mood: Warna hijau dan aroma tanaman dapat meningkatkan produksi serotonin dan dopamin, neurotransmitter yang berperan dalam kebahagiaan dan ketenangan. c. Meningkatkan fokus dan konsentrasi: Aktivitas berkebun dapat membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi, serta mengurangi gejala ADHD. d. Meningkatkan rasa cinta kasih: Merawat tanaman dapat meningkatkan rasa cinta kasih dan empati, serta membantu membangun hubungan yang positif dengan alam. Dari beragam mekanisme yang telah disebutkan, Plant therapy memiliki beragam manfaat yang dapat dinikmati oleh masyarakat umum serta individu yang mengalami kecemasan berlebihan, seperti: a. Mengurangi kecemasan: Terapi tanaman dapat membantu mengurangi gejala kecemasan, seperti Anxiety (kecemasan berlebih), kegelisahan, insomnia, dan panik. b. Meningkatkan ketenangan: Berada di sekitar tanaman dan merawatnya dapat membantu meningkatkan perasaan tenang dan damai. c. Meningkatkan kualitas tidur: Terapi tanaman dapat membantu meningkatkan kualitas tidur, terutama bagi orang yang mengalami insomnia. d. Meningkatkan kesehatan mental: Plant therapy dapat membantu meningkatkan

kesehatan mental secara keseluruhan, termasuk mengurangi depresi dan meningkatkan self-esteem . Plant therapy menjadi kegiatan yang sangat mudah dilakukan oleh masyarakat, terutama kalangan remaja atau generasi Z. Cara-cara untuk melakukan plant therapy antara lain: a. Buat taman kecil di rumah: Kamu dapat menanam berbagai jenis tanaman, seperti bunga, sayur, atau tanaman hias, di pot atau di halaman rumah. b. Rawat tanaman dengan penuh kasih sayang: Luangkan waktu untuk merawat tanamanmu, seperti menyiram, memupuk, dan membersihkannya. c. Habiskan waktu di alam: Berjalan-jalan di taman, duduk di bawah pohon, atau piknik di alam terbuka dapat memberikan efek positif bagi kesehatan mental. d. Gunakan aromaterapi dengan minyak esensial dari tanaman: Minyak esensial lavender, chamomile, dan cendana dapat membantu meningkatkan relaksasi dan ketenangan. Plant therapy merupakan metode yang aman dan efektif untuk membantu meningkatkan kesehatan mental dan fisik, termasuk dalam pencegahan kecemasan dan meningkatkan ketenangan. Kamu dapat mencoba berbagai cara untuk menerapkan plant therapy dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan kebutuhan.

2.2.2 Teori UI/UX Desain UI (User Interface) dan UX (User Experience)

merupakan aspek fundamental dalam pengembangan aplikasi. Desain yang baik tidak hanya memanjakan mata, tetapi juga mampu menyelesaikan permasalahan pengguna dan meningkatkan kenyamanan dalam menggunakan aplikasi. Desain UI aplikasi terdiri dari beberapa elemen penting, yaitu: a. Tata Letak (Layout): Susunan elemen antarmuka yang tertata rapi dan intuitif, memudahkan navigasi pengguna. Dari jurnal Universitas Indonesia Library yang membahas tentang teori tata letak, Teori tata letak (layout) dalam perancangan UI aplikasi mengacu pada pengaturan visual elemen- elemen antarmuka pengguna, seperti teks, gambar, dan kontrol, untuk menciptakan tata letak yang efektif dan menarik. Teori ini penting karena pengaturan yang baik dapat memengaruhi pengalaman pengguna, navigasi, dan pemahaman terhadap informasi. Beberapa prinsip tata letak yang umum meliputi hierarki visual, keseimbangan, proporsi, kontras, dan ruang negatif. Dengan menerapkan teori tata letak,

pengguna dapat dengan mudah menavigasi antarmuka, memahami informasi, dan berinteraksi dengan aplikasi secara efisien. (Putra, Swandi, & Ari, 2023)

b. Hierarki Visual: Penggunaan kontras warna, ukuran font, dan penempatan elemen untuk memandu fokus pengguna pada informasi utama. Hierarki Visual dalam Desain UI/UX merujuk pada susunan dan tampilan elemen dalam antarmuka pengguna dengan tujuan mengarahkan perhatian, pemahaman, dan interaksi pengguna. Hal ini memiliki peranan krusial dalam menciptakan pengalaman pengguna yang optimal dengan menentukan urutan informasi yang diambil dan diproses oleh pengguna, baik dalam konteks digital maupun cetak. Memiliki pemahaman yang jelas tentang hierarki visual memandu pengguna untuk menemukan konten atau melakukan tindakan yang penting, sehingga menjadi elemen yang sangat signifikan dalam desain UX/UI. c.

Warna: Pemilihan warna yang konsisten dan selaras dengan identitas merek, menciptakan kesan profesional dan menarik. Teori warna dalam UI (User Interface) mengacu pada prinsip-prinsip dan konsep yang berkaitan dengan penggunaan warna dalam desain antarmuka pengguna. Penerapan teori warna ini bertujuan untuk menciptakan pengalaman pengguna yang menyenangkan, fungsional, dan efektif. Beberapa data mengenai teori warna mencakup informasi bahwa warna merah memiliki dampak positif terhadap emosi seperti kebahagiaan dan kecekan, sementara warna kuning dapat memengaruhi emosi netral seperti kekalahan dan keadilan. Warna biru dapat mempengaruhi emosi negatif seperti kecemasan dan kebosanan, sementara warna hijau dan ungu berkaitan dengan emosi positif seperti kesetiaan, kebahagiaan, dan kecekan. Teori ini juga mempertimbangkan pengaruh warna pada perilaku konsumen, termasuk dampaknya pada pola pembelian, pilihan produk, dan penggunaan aplikasi. Sebagai contoh, warna merah mungkin meningkatkan pengeluaran, sedangkan warna biru dapat mengurangi jumlah belanja yang dilakukan. (Atillah & Gischa, 2023) d. Tipografi: Penggunaan jenis huruf yang mudah dibaca dan sesuai dengan target pengguna. Tipografi dalam desain UI/UX adalah suatu elemen yang sangat penting dalam menciptakan desain yang efektif dan mudah dipahami oleh pengguna. Tipografi mengacu

pada penggunaan huruf dan tata letak huruf dalam desain untuk menciptakan kesan yang sesuai dengan tujuan desain. (BuildWithAngga, 2023)

e. Elemen Grafis: Penggunaan ikon, ilustrasi, dan gambar yang relevan untuk memperjelas informasi dan meningkatkan estetika. Berdasarkan data yang dikutip dari website Gramedia Blog, Teori ilustrasi adalah teori yang membahas tentang penggunaan gambar atau ilustrasi dalam perancangan produk atau layanan.

2 7 Ilustrasi dapat membantu memperjelas pesan atau informasi yang ingin disampaikan, meningkatkan daya tarik visual, dan memudahkan pengguna dalam memahami produk atau layanan yang ditawarkan. Penggunaan teori ilustrasi dalam perancangan produk atau layanan sangat penting karena dapat membantu meningkatkan kualitas produk atau layanan yang ditawarkan. 2 Ilustrasi yang baik dapat membantu memperjelas pesan atau informasi yang ingin disampaikan, meningkatkan daya tarik visual, dan memudahkan pengguna dalam memahami produk atau layanan yang ditawarkan. Dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang telah disebutkan, pengguna akan mengalami kenyamanan yang lebih besar saat menggunakan perancangan antarmuka pengguna (UI) untuk situs web atau aplikasi seluler. Beberapa perusahaan teknologi terkemuka di Indonesia telah mengadopsi prinsip-prinsip tersebut dalam merancang aplikasi seluler mereka, sehingga aplikasi-aplikasi tersebut menjadi yang paling dikenal dalam kategori tersebut. Contoh dari aplikasi-aplikasi tersebut adalah: a. Gojek (Aplikasi Ojek Online) : Gambar 1 Desain Aplikasi Gojek Aplikasi transportasi online ini terkenal dengan desain UI yang simpel, intuitif, dan mudah digunakan. Pengguna dapat dengan mudah memesan ojek, taksi, atau layanan lainnya hanya dengan beberapa langkah. Gojek juga menggunakan sistem navigasi yang jelas dan peta yang akurat, sehingga pengguna dapat memantau perjalanan mereka dengan mudah. b. HaloDoc (Aplikasi dan website untuk mengakses layanan Kesehatan): Gambar 2 Desain Aplikasi Halodoc Aplikasi konsultasi kesehatan online ini memiliki desain UI yang bersih dan modern. Pengguna dapat dengan mudah mencari dokter sesuai kebutuhan, memesan jadwal konsultasi, dan melakukan pembayaran secara online. HaloDoc juga menyediakan berbagai fitur lain seperti rekam medis

elektronik dan artikel kesehatan yang edukatif. c. Tokopedia (Aplikasi dan website e-commerce untuk belanja online): Gambar 3 Desain UI Aplikasi Tokopedia Tokopedia telah berhasil menjadi top of mind dalam kategori aplikasinya dengan desain UI/UX yang intuitif dan mudah digunakan, serta berbagai fitur yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan masyarakat dalam berbelanja online. Tokopedia telah menjadi platform e-commerce yang terpercaya dan digemari masyarakat Indonesia. Selain itu UI dan UX memiliki peranan penting dalam menyelesaikan permasalahan masyarakat. Desain UI dan UX yang baik dapat menyelesaikan berbagai permasalahan pengguna, antara lain: a. Mempermudah navigasi: Pengguna dapat dengan mudah menemukan informasi dan menyelesaikan tugas mereka dalam aplikasi. b. Meningkatkan efisiensi: Pengguna dapat menyelesaikan tugas mereka dengan lebih cepat dan mudah. c. Meningkatkan kepuasan pengguna: Pengguna merasa senang dan nyaman menggunakan aplikasi. d. Membangun loyalitas pengguna: Pengguna akan terus menggunakan aplikasi dan merekomendasikannya kepada orang lain. e. Kesimpulan Desain UI dan UX adalah faktor penting dalam pengembangan aplikasi yang sukses. Dengan desain yang baik, aplikasi dapat menyelesaikan permasalahan pengguna, meningkatkan kenyamanan, dan membangun loyalitas pengguna.

2.3 Teori Pendukung Teori yang digunakan sebagai pendukung yang berkaitan dan relevan dengan subjek dan objek penelitian. Teori pendukung pada penelitian ini juga dibagi menjadi 2 bagian, yang pertama adalah teori turunan dari UI/UX dan juga turunan dari Kecemasan berlebih. Adapun teori yang menjadi turunan dari UI/UX adalah:

2.3.1 Warna Dalam Perancangan UI Pengaruh warna terhadap emosi pengguna dalam desain UI/UX sangat penting dan signifikan. Beberapa hal yang menjadi pentingnya teori warna dalam perancangan UI/UX adalah sebagai berikut:

1. Psikologi Warna Warna memiliki kemampuan untuk mempengaruhi emosi dan persepsi. Warna terang dapat menimbulkan keceriaan dan energi, sementara warna gelap dapat menimbulkan kesedihan dan kebosanan.
2. Meningkatkan Navigasi dan Usabilitas Warna digunakan untuk membedakan dan menyoroti elemen

navigasi utama seperti tombol, menu, dan link. Perbedaan warna ini akan membantu pengguna menemukan mana elemen yang bisa diklik dan memahami apa fungsinya dengan cepat. 3. Merek dan emosi Warna dapat membantu membangun identitas merek dan mempengaruhi emosi pengguna. 12 Misalnya, biru sering dikaitkan dengan kepercayaan dan stabilitas, sementara kuning sering dikaitkan dengan kebahagiaan dan kreativitas. 1 13 4. Menciptakan suasana yang tepat Warna dapat digunakan untuk menciptakan suasana yang sesuai dengan tujuan aplikasi atau website. 1 Misalnya, aplikasi meditasi mungkin menggunakan warna biru atau hijau yang menenangkan untuk menciptakan suasana relaksasi. 1 5. Memandu dan mengarahkan pengguna Manfaatkan psikologi warna sebagai alat untuk memandu dan mengarahkan pengguna dalam interaksi mereka dengan produk. Misalnya, warna merah dapat digunakan untuk elemen peringatan atau kesalahan, sementara warna hijau dapat digunakan untuk pemberitahuan sukses atau konfirmasi Tindakan. 16 6. Penggunaan warna yang tepat Pilih palet warna yang sesuai dengan identitas merek dan tujuan desain. Gunakan warna yang sama untuk elemen yang sama di seluruh situs atau aplikasi untuk membantu pengguna memahami dan mengingat fungsi elemen tersebut. 1 7. Konsistensi Gunakan warna yang konsisten dan sesuai dengan identitas merek untuk meningkatkan pengenalan dan kesan pertama pengguna terhadap suatu aplikasi atau website. 8. Penerapan psikologi warna Penerapan psikologis warna pada desain user interface sangat penting untuk mempengaruhi perspektif pengguna terhadap website dan apps secara keseluruhan. Penggunaan psikologis warna dapat membantu membuat hierarki visual, penyampaian makna, dan menciptakan suasana pengguna sesuai tujuan aplikasi atau website. Dengan memahami teori dan data tentang pengaruh warna terhadap emosi pengguna dalam desain UI/UX, Anda dapat menciptakan desain yang efektif dan mudah dipahami oleh pengguna. (Atillah & Gischa, 2023) 2.3.2 Penataan Tata Letak Pada Perancangan UI Teori tata letak dalam UI merujuk pada konsep dan prinsip penyusunan elemen- elemen visual dalam suatu antarmuka pengguna (UI) dengan tujuan untuk menciptakan struktur yang terorganisir dan memudahkan penggunaan. Teori ini mendasarkan diri pada prinsip-prinsip

desain grafis dan interaksi manusia komputer untuk memastikan tata letak elemen-elemen antarmuka secara efektif mengakomodasi kebutuhan pengguna. Tata letak yang baik harus mempertimbangkan prinsip kejelasan, kesederhanaan, dan konsistensi.

a. Usability (Kemudahan Penggunaan) Merupakan fokus utama teori tata letak, di mana struktur antarmuka dirancang agar mudah dipahami dan diakses oleh pengguna. Ini melibatkan penempatan elemen-elemen secara logis, navigasi yang intuitif, dan penekanan pada efisiensi penggunaan.

b. Hierarchy (Hierarki): Tata letak harus memperhitungkan hierarki informasi, dengan elemen-elemen yang lebih penting diberikan penekanan visual yang lebih besar atau terletak secara lebih menonjol untuk memandu perhatian pengguna.

c. Responsiveness (Responsif): Tata letak harus responsif terhadap perangkat yang berbeda, memastikan antarmuka dapat disesuaikan dengan berbagai ukuran layar dan perangkat input. Dalam konteks penulisan ilmiah, teori tata letak dalam UI menjadi landasan desain yang sangat penting untuk memastikan interaksi yang efektif antara pengguna dan sistem. Pengaplikasian prinsip-prinsip tata letak ini tidak hanya memengaruhi estetika antarmuka, tetapi juga berkontribusi pada pengalaman pengguna yang lebih baik, meningkatkan usability, dan mendukung tujuan fungsionalitas aplikasi atau situs web yang dirancang. (Putra, Swandi, & Ari, 2023)

2.3.3 Teori Keterbacaan Dalam Perancangan UI

Readability adalah suatu konsep yang sangat penting dalam perancangan UI/UX, karena membantu meningkatkan kemampuan pengguna dalam membaca dan memahami informasi yang disajikan melalui antarmuka. Berikut adalah beberapa teori readability yang harus dipahami dalam perancangan UI/UX:

a. Kesederhanaan Kesederhanaan adalah suatu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan readability. Desain yang sederhana dan mudah dipahami dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif.

b. Konsistensi Konsistensi adalah suatu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan readability. Pengguna harus dapat dengan mudah memahami struktur dan tampilan antarmuka yang konsisten.

c. Ukuran Huruf Ukuran huruf yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Huruf

yang terlalu kecil atau terlalu besar dapat menyulitkan pengguna dalam membaca dan memahami informasi. d. Jenis Huruf Jenis huruf yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Huruf yang mudah dibaca dan memiliki kontras yang baik dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. e. Warna Warna yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Warna yang memiliki kontras yang baik dan mudah dibaca dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. f. Spasi Spasi yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Spasi yang cukup dan teratur dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. g. Struktur Struktur yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Struktur yang jelas dan mudah dipahami dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. h. Penggunaan simbol Penggunaan simbol yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Simbol yang mudah dipahami dan memiliki kontras yang baik dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. i. Penggunaan gambar Penggunaan gambar yang tepat dapat membantu meningkatkan readability. Gambar yang mudah dipahami dan memiliki kontras yang baik dapat membantu pengguna dalam memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif. Dengan memahami dan menerapkan teori readability dalam perancangan UI/UX, desainer dapat menciptakan antarmuka yang lebih mudah dipahami dan efektif dalam meningkatkan kemampuan pengguna dalam membaca dan memahami informasi.

2.3.4 Penggunaan Tipografi Dalam Perancangan UI

Tipografi salah satu hal yang dapat mempengaruhi pengalaman pengguna dalam menggunakan sebuah perancangan UI/UX. Adapun beberapa poin penting dari penggunaan teori tipografi yang dapat mempengaruhi sebuah perancangan UI/UX sebagai berikut:

- Keterbacaan (readability)** Tipografi yang baik dapat membantu meningkatkan keterbacaan konten, sehingga pengguna dapat dengan mudah memahami informasi yang disajikan. Pemilihan font yang tepat, ukuran font yang sesuai, dan spasi kosong yang efektif dapat membantu meningkatkan keterbacaan konten.
- Hirarki (hieracy)** Tipografi yang baik

dapat membantu menciptakan hierarki yang jelas dan mudah dipahami, sehingga pengguna dapat dengan mudah menemukan informasi yang dibutuhkan. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu menciptakan hierarki yang jelas. c. Konsistensi (consistency) Tipografi yang baik dapat membantu menciptakan konsistensi dalam tampilan dan fungsi, sehingga pengguna dapat dengan mudah memprediksi bagaimana sistem akan berfungsi. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu menciptakan konsistensi. d. Responsivitas (responsive) Tipografi yang baik dapat membantu menciptakan responsivitas yang baik, sehingga pengguna dapat dengan mudah menggunakan sistem di berbagai perangkat dan ukuran layar. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu menciptakan responsivitas yang baik. e. Ulasan (Feedback) Tipografi yang baik dapat membantu memberikan feedback yang jelas dan cepat, sehingga pengguna dapat dengan mudah mengetahui hasil dari aksi yang dilakukan. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu memberikan feedback yang jelas dan cepat. f. Pengalaman Pengguna (User Experience) Tipografi yang baik dapat membantu meningkatkan pengalaman pengguna, sehingga pengguna dapat dengan mudah menggunakan sistem dan memahami informasi yang disajikan. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu meningkatkan pengalaman pengguna. g. Identitas Brand (Brand Identity) Tipografi yang baik dapat membantu menciptakan identitas merek yang kuat, sehingga pengguna dapat dengan mudah mengenali merek dan memahami pesan yang disajikan. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang tepat dapat membantu menciptakan identitas merek yang kuat. h. Konsistensi Desain (Design Consistency) Tipografi yang baik dapat membantu menciptakan konsistensi dalam desain, sehingga pengguna dapat dengan mudah memprediksi bagaimana sistem akan berfungsi. Pemilihan font yang sesuai, ukuran font yang sesuai, dan penggunaan warna yang

tepat dapat membantu menciptakan konsistensi dalam desain. Dengan memahami cara tipografi mempengaruhi pengalaman pengguna dalam UI/UX, Anda dapat menciptakan desain yang efektif dan mudah dipahami oleh pengguna. Selain teori yang menjelaskan secara keilmuan Desain Komunikasi Visual, Adapun teori turunan dari topik penelitian, kecemasan berlebih. Adapun teori pendukung dari kecemasan berlebih adalah sebagai berikut: 2.3.5 Metode Plant Therapy Plant therapy , atau terapi tanaman, adalah sebuah metode terapi yang memanfaatkan tanaman dan alam untuk meningkatkan kesehatan mental dan fisik seseorang. Terapi ini melibatkan berbagai aktivitas, seperti berkebun, merawat tanaman, dan menghabiskan waktu di alam. Cara kerja plant therapy ini pun didasari pada beberapa mekanisme seperti: a. Mengurangi stres: Menghabiskan waktu di alam dan merawat tanaman dapat membantu menurunkan kadar kortisol, hormon stres, dalam tubuh. b. Meningkatkan mood: Warna hijau dan aroma tanaman dapat meningkatkan produksi serotonin dan dopamin, neurotransmitter yang berperan dalam kebahagiaan dan ketenangan. c. Meningkatkan fokus dan konsentrasi: Aktivitas berkebun dapat membantu meningkatkan fokus dan konsentrasi, serta mengurangi gejala ADHD. d. Meningkatkan rasa cinta kasih: Merawat tanaman dapat meningkatkan rasa cinta kasih dan empati, serta membantu membangun hubungan yang positif dengan alam. Dari beragam mekanisme yang telah disebutkan, Plant therapy memiliki beragam manfaat yang dapat dinikmati oleh masyarakat umum serta individu yang mengalami kecemasan berlebihan, seperti: a. Mengurangi kecemasan: Terapi tanaman dapat membantu mengurangi gejala kecemasan, seperti Anxiety (kecemasan berlebih), kegelisahan, insomnia, dan panik. b. Meningkatkan ketenangan: Berada di sekitar tanaman dan merawatnya dapat membantu meningkatkan perasaan tenang dan damai. c. Meningkatkan kualitas tidur: Terapi tanaman dapat membantu meningkatkan kualitas tidur, terutama bagi orang yang mengalami insomnia. d. Meningkatkan kesehatan mental: Plant therapy dapat membantu meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan, termasuk mengurangi depresi dan meningkatkan self-esteem . Plant therapy menjadi kegiatan yang sangat

mudah dilakukan oleh masyarakat, terutama kalangan remaja atau generasi Z. Cara-cara untuk melakukan plant therapy antara lain: a. Buat taman kecil di rumah: Kamu dapat menanam berbagai jenis tanaman, seperti bunga, sayur, atau tanaman hias, di pot atau di halaman rumah. b. Rawat tanaman dengan penuh kasih sayang: Luangkan waktu untuk merawat tanamanmu, seperti menyiram, memupuk, dan membersihkannya. c. Habiskan waktu di alam: Berjalan-jalan di taman, duduk di bawah pohon, atau piknik di alam terbuka dapat memberikan efek positif bagi kesehatan mental. d. Gunakan aromaterapi dengan minyak esensial dari tanaman: Minyak esensial lavender, chamomile, dan cendana dapat membantu meningkatkan relaksasi dan ketenangan. Plant therapy merupakan metode yang aman dan efektif untuk membantu meningkatkan kesehatan mental dan fisik, termasuk dalam pencegahan kecemasan dan meningkatkan ketenangan. Kamu dapat mencoba berbagai cara untuk menerapkan plant therapy dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan kebutuhan.

2.3.6 Metode Psikoedukasi Mencegah Kecemasan Berlebih

Psikoedukasi adalah suatu metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu dalam menghadapi kecemasan. Psikoedukasi dapat membantu individu memahami gejala kecemasan, cara mengatasi kecemasan, dan cara mengelola stres. Berikut adalah beberapa teori dan penjelasan mengenai metode psikoedukasi dalam menangani kecemasan berlebih terhadap Gen Z yang ada di Indonesia: a. Psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan Psikoedukasi dapat membantu individu memahami gejala kecemasan dan cara mengatasi kecemasan. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi b. Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman Psikoedukasi dapat membantu individu mengembangkan kemampuan coping atau penyelesaian masalah untuk mengatasi kecemasan. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui latihan relaksasi, meditasi, dan yoga c. Psikoedukasi untuk meningkatkan literasi Psikoedukasi dapat membantu individu meningkatkan literasi tentang kesehatan mental. **19** Literasi ini berfokus pada kesadaran, pengetahuan, dan perilaku. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui

pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi d. Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman Psikoedukasi dapat membantu individu memahami gejala kecemasan dan cara mengatasi kecemasan. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi. e. Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman kecemasan Psikoedukasi dapat membantu individu memahami gejala kecemasan dan cara mengatasi kecemasan. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi. f. Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman tentang anxiety Psikoedukasi dapat membantu individu memahami gejala anxiety dan cara mengatasi anxiety . Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi. g. Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman kecemasan pada remaja Psikoedukasi dapat membantu remaja memahami gejala kecemasan dan cara mengatasi kecemasan. Psikoedukasi ini dapat dilakukan melalui pengajaran ceramah singkat dan tanya jawab, serta latihan relaksasi dan meditasi. Dengan memahami teori dan penjelasan mengenai metode psikoedukasi dalam menangani kecemasan berlebih terhadap Gen Z yang ada di Indonesia, Anda dapat menciptakan desain yang efektif dan mudah dipahami oleh pengguna.

2.4 Ringkasan kesimpulan Teori Penggunaan teori dan referensi dalam merancang antarmuka pengguna (User Interface) pada sebuah aplikasi merupakan aspek yang sangat penting. Dengan mengumpulkan berbagai data seperti tinjauan pustaka dan teori-teori yang berkaitan dengan topik permasalahan, peneliti akan lebih mudah dalam menyelesaikan perancangan UI aplikasi ini. Penggunaan teori UI/UX, serta teori-teori pendukung seperti tata letak, jenis huruf, warna, ilustrasi, dan lainnya, akan membantu memaksimalkan perancangan UI aplikasi ini. Dengan menerapkan teori warna, peneliti dapat menentukan warna yang nyaman dilihat serta kombinasi warna yang mencerminkan makna yang ingin disampaikan, sehingga menghasilkan branding yang kuat dalam perancangan aplikasi. Selain itu, teori tata letak juga merupakan salah satu teori penting yang harus diperhatikan

dan diterapkan dalam perancangan UI aplikasi. Teori ini merupakan prioritas utama dalam merancang UI, karena penempatan elemen-elemen pada tampilan sangat mempengaruhi kenyamanan pengguna dalam menggunakan aplikasi. Melalui teori tata letak, kita dapat mengetahui titik-titik yang menjadi fokus utama bagi mata manusia, serta bagian yang harus menjadi sorotan utama pada tampilan. Selain teori UI/UX, peneliti juga mengombinasikan literatur, data, serta informasi terkait dengan kecemasan berlebih dari perspektif psikologi. Penggunaan teori kesehatan mental, seperti kecemasan berlebih, membantu peneliti dalam menentukan metode yang dapat diimplementasikan ke dalam perancangan UI aplikasi. Teori ini juga sangat membantu dalam menciptakan fitur yang sesuai dengan target pengguna dari aplikasi tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teori dari sisi psikologi, seperti teori kecemasan berlebih pada remaja, metode untuk mengatasi kecemasan berlebih, serta metode terapi tanaman untuk mengurangi kecemasan, dengan fokus pada remaja sebagai target utama penelitian ini. Dapat disimpulkan bahwa untuk mendukung kelancaran penelitian dalam proyek tugas akhir ini, diperlukan kombinasi literatur dan teori yang kuat mengenai kecemasan dari perspektif psikologi serta UI/UX dari perspektif desain komunikasi visual. Dengan landasan teori yang kokoh, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan output atau proyek yang optimal.

BAB III METODOLOGI DESAIN 3.1 Sistematika Perancangan

Berdasarkan data yang dikutip dari website interaction design Foundation, Design Thinking adalah pendekatan sistematis dalam penyelesaian masalah yang berfokus pada aspek manusiawi, umumnya diterapkan dalam beragam disiplin ilmu seperti desain, bisnis, dan teknologi. Pendekatan ini mencakup pemahaman mendalam terhadap kebutuhan manusia, restrukturisasi permasalahan, pengembangan serta uji coba berbagai solusi, dan usaha terus-menerus untuk meningkatkan kualitas. Secara umum, prosesnya terdiri dari lima langkah: Empati, Definisi, Ideasi, Prototipe, dan Pengujian. Pemikiran desain dikenal dengan penekanannya pada aspek empati, kerja sama, serta penciptaan solusi yang inovatif dan praktis. terdapat

penekanan pada kepentingan metode Design Thinking sebagai pendekatan kritis dalam menyelesaikan permasalahan dan memenuhi kebutuhan pengguna. (Foundation, Usability, 2023). Design Thinking merupakan suatu pendekatan yang difokuskan pada solusi masalah dan inovasi, dengan penekanan khusus pada kepentingan pengguna. Metode ini membawa sejumlah manfaat, termasuk memacu kreativitas, memahami kebutuhan, dan meningkatkan kepuasan pelanggan. Adapun terdapat 5 tahapan Design Thinking yang dapat mendukung jalannya penelitian dalam proyek tugas akhir ini: a. Emphasize. Pada fase ini mengumpulkan informasi dan data terkait data real yang terjadi pada keadaan saat ini. Peneliti mempelajari mengumpulkan data ini guna mempelajari pengalaman para remaja atau yang saat ini sedang mereka alami terkait kecemasan berlebih. b. Kecemasan adalah masalah kesehatan mental yang umum terjadi di Indonesia, khususnya selama pandemi COVID-19. Menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2021, 26,6% dan 30,5% peserta masing-masing mengalami kecemasan ringan hingga berat (Anindyajati, 2021). Studi lain yang dilakukan pada tahun 2022 menemukan bahwa stres adalah masalah kesehatan mental yang paling umum terjadi di masyarakat Indonesia (Nurhayati, Most prevalent mental health issues experienced by people in Indonesia as of October 2022, 2023). Sebuah studi cross-sectional yang dilakukan pada tahun 2021-2022 di kalangan mahasiswa sarjana di Indonesia menemukan bahwa hampir seperlima responden melaporkan tingkat kecemasan yang sangat parah (Karuniawati, 2022). Studi yang sama juga menemukan bahwa masalah keuangan merupakan salah satu pemicu umum masalah kesehatan mental di Indonesia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan di Indonesia antara lain adalah perempuan, tingkat pendidikan yang rendah, belum menikah, dan melaporkan ketidakpuasan terhadap dukungan keluarga, teman, dan rekan kerja. Penting untuk dicatat bahwa penelitian-penelitian ini mempunyai keterbatasan dan mungkin tidak mewakili seluruh penduduk Indonesia (Nurhayati, Most common triggers for mental health issues in Indonesia as of September 2022, 2023) c. Define. Dalam tahap ini, peneliti melakukan identifikasi terhadap setiap informasi

yang diperoleh terkait permasalahan kecemasan berlebih (anxiety) . Setelah mendapatkan simpulan dari proses identifikasi masalah yang dikumpulkan pada tahap emphasize , peneliti kemudian menghasilkan beberapa kesimpulan yang terkait dengan permasalahan inti yang menjadi tujuan dari perancangan antarmuka pengguna aplikasi "Titik Temu": i. Ketidacukupan dorongan motivasi dari lingkungan sekitar dapat menyebabkan kesulitan bagi Gen Z dalam mencapai tujuan yang ditetapkan. ii. Gen Z yang mengalami kecemasan memerlukan pemahaman terhadap kondisinya, bukan dianggap sebagai sesuatu yang menakutkan. iii. Orang yang mengalami kecemasan cenderung memerlukan bantuan praktis untuk memandu mereka dalam menjalani aktivitas sehari- hari atau rutinitas keseharian mereka. d. Ideate. Pada tahap ini, peneliti berhasil menemukan solusi untuk setiap permasalahan yang telah diidentifikasi sebelumnya. Dengan melalui proses pencarian ide dan solusi yang terstruktur, beberapa poin akan dijadikan jawaban sebagai ide atau gagasan baru untuk menyelesaikan masalah yang telah diidentifikasi pada tahapan-tahapan sebelumnya. Pada tahap ini, peneliti sudah memiliki gambaran awal terkait hasil yang akan dihasilkan dan akan memasuki tahap pengembangan prototype untuk menguji solusi yang telah ditemukan, mengevaluasi apakah dapat menyelesaikan permasalahan secara efektif atau tidak. e. Prototype. Pada tahap prototipe, peneliti akan melaksanakan uji coba terhadap perancangan yang telah disusun untuk menilai keefektifan dan ketepatan solusi yang diusulkan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. f. Test. Perancangan yang telah diuji akan mengalami tahap uji coba oleh calon pengguna dengan tujuan untuk mengevaluasi sejauh mana efektivitas antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu" dalam mendukung mereka dalam menerapkan metode psikoedukasi terkait penanganan kecemasan berlebih. Melalui peninjauan dari pengguna, peneliti akan memperoleh wawasan mengenai aspek-aspek yang perlu dievaluasi dan diperbaiki guna meningkatkan hasil akhir secara maksimal. Design Thinking merupakan pendekatan sistematis dalam penyelesaian masalah yang berfokus pada aspek manusiawi, umumnya diterapkan dalam berbagai disiplin ilmu

seperti desain, bisnis, dan teknologi. Prosesnya mencakup pemahaman mendalam terhadap kebutuhan manusia, restrukturisasi permasalahan, pengembangan serta uji coba berbagai solusi, dan upaya terus-menerus untuk meningkatkan kualitas.

3.2 Metode Pencarian Data

a. Metode Riset Dalam konteks penelitian tugas akhir, penentuan metode riset disesuaikan dengan jenis penelitian dan tujuan penelitian yang ingin dicapai.

15 Beberapa metode riset yang sering digunakan mencakup pendekatan kualitatif, kuantitatif, eksperimen, dan kombinasi dari keduanya. Metode kualitatif, misalnya, digunakan untuk mengumpulkan data berupa deskripsi verbal atau observasi perilaku tanpa memformulasikan variabel atau hipotesis terlebih dahulu (Rahmawati, 2023).

18 Penelitian ini mengadopsi pendekatan metode kualitatif deskriptif. Metode ini melibatkan pengumpulan data melalui wawancara dan kuesioner, yang nantinya akan diinterpretasikan dan diuraikan secara deskriptif tanpa melibatkan pengolahan data dalam bentuk angka atau statistik. Pendekatan kualitatif deskriptif bertujuan untuk memahami fenomena atau peristiwa secara mendalam, memperoleh wawasan mendalam mengenai konteks, dan menggambarkan karakteristik kualitatif dari data yang terkumpul.

b. Metode Design Thinking Pada situs Sampoerna University , dalam kajian ini, metode design thinking diterapkan untuk merancang aplikasi manajemen penanganan barang bukti digital.

14 Pendekatan penelitian ini mengadopsi lima tahap design thinking, yakni empathize, define, ideate, prototype, dan test. Selain itu, dilakukan analisis literatur untuk mendapatkan referensi teori yang berkaitan dengan kasus atau permasalahan yang diidentifikasi (Sampoerna Univeristy, 2022). Penelitian ini menerapkan metode Design Thinking dalam rangka memudahkan peneliti dalam menggali sumber data yang diperlukan, dimulai dari mengidentifikasi masalah hingga menemukan solusi untuk setiap permasalahan yang dihadapi. Pendekatan Design Thinking ini melibatkan lima tahapan utama, yakni tahap Empathize, Define, Ideate, Prototype , hingga Test , untuk mendapatkan jawaban yang holistik terhadap permasalahan yang dianalisis.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Agar tercapainya pengumpulan data yang akurat, sesuai dengan kebutuhan data yang diperlukan seperti penyebab, cara pencegahan,

sampai bagaimana sembuh dari anxiety . 17 Adapun beberapa Teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut.

3.3.1 Wawancara

Wawancara ini dilaksanakan dengan seorang pengajar di bidang psikologi di Universitas Pembangunan Jaya, yaitu Ibu Nadya. Tujuan wawancara adalah untuk menghimpun dan memperkuat data terkait kecemasan berlebih yang dialami oleh Generasi Z. Wawancara yang dilakukan dengan ahli seperti Ibu Nadya, semakin menambah perspektif baru terkait solusi mengenai kecemasan berlebih, khususnya dari aspek psikologi, yang dapat diimplementasikan dalam perancangan antarmuka pengguna aplikasi "Titik Temu". Beberapa poin penting yang menjadi pembahasan wawancara dengan ibu Nadya adalah sebagai berikut.

1. Metode secara psikologi yang dapat diterapkan pada perancangan User Interface aplikasi "Titik Temu".
2. Penyebab dari kecemasan berlebih yang dirasakan oleh para remaja.
3. Cara menyampaikan informasi terkait kecemasan berlebih lewat perancangan User Interface aplikasi "Titik Temu".
4. Teori warna yang dapat diterapkan pada perancangan User Interface aplikasi agar pengguna dapat merasa aman dan nyaman ketika menggunakan aplikasi.

3.3.2 Observasi

Observasi dilaksanakan di Gramedia Emerald Bintaro untuk meningkatkan pemahaman dan referensi terkait data perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi, serta untuk mengidentifikasi metode yang dapat diimplementasikan dalam perancangan UI guna memaksimalkan hasil dari tugas akhir ini.

3.3.3 Kuesioner

Pengumpulan informasi mengenai kebutuhan terkait pencegahan kecemasan berlebih dilaksanakan melalui distribusi kuesioner. Tindakan ini dimaksudkan untuk memperoleh data secara waktu nyata mengenai pertumbuhan permasalahan kecemasan berlebih pada kalangan remaja, terutama Generasi Z. Subyek kuesioner ditargetkan pada kelompok remaja berusia 19-22 tahun yang tinggal di wilayah JABODETABEK, mempermudah pengumpulan data yang terfokus untuk memfasilitasi identifikasi solusi terhadap tantangan yang dihadapi.

3.4 Analisis Data

3.4.1 Analisa Pesaing

Pesaing yang merupakan sebuah aplikasi Kesehatan mental pada projek tugas akhir ini adalah aplikasi Riliv. Riliv adalah sebuah aplikasi self care yang mengusung tema

gangguan kesehatan mental. Riliv adalah aplikasi kesehatan mental terkemuka di Indonesia, didirikan dengan misi membuat jutaan orang tersenyum kembali " Aplikasi ini menawarkan berbagai layanan untuk membantu pengguna menjaga dan meningkatkan kesehatan mental mereka, termasuk: a. Konseling psikolog online: Konsultasi dengan psikolog profesional melalui chat , telepon, atau videocall . b. Meditasi mindfulness : Lebih dari 500 konten meditasi audio untuk relaksasi, mengatasi stres, dan meningkatkan fokus. c. Tes Kesehatan Mental: Tes online untuk menilai kondisi mental secara mandiri dan sebagai langkah awal untuk memilih layanan lanjutan. d. Artikel dan Konten Edukasi: Informasi seputar kesehatan mental, tips mengatasi masalah sehari-hari, dan kisah inspiratif. e. E-book dan Worksheet : Materi tambahan untuk memperdalam pemahaman tentang kesehatan mental dan mempraktikkan teknik-teknik coping .

Fitur keunggulan dari aplikasi Riliv: a. Aksesibilitas: Konsultasi psikolog online melalui aplikasi dari mana saja dan kapan saja. b. Kenyamanan: Pilihan metode konsultasi sesuai preferensi pengguna (chat, telepon, video call). c. Variasi layanan: Kombinasi konseling, meditasi, dan konten edukasi untuk pendekatan holistik terhadap kesehatan mental. d. Harga terjangkau: Paket konseling tersedia dengan harga bersaing, termasuk opsi konsultasi gratis. e. Privasi terjamin: Riliv mematuhi standar keamanan dan privasi data yang ketat. Adapun kritik dan juga kelemahan dari aplikasi Riliv adalah sebagai berikut: a. Ketersediaan psikolog mungkin terbatas pada jam-jam tertentu, terutama untuk konsultasi video call. b. Layanan konsultasi gratis memiliki durasi singkat dan mungkin tidak mencukupi untuk mengatasi masalah kompleks. c. Aplikasi ini mungkin tidak menggantikan terapi secara menyeluruh untuk kasus-kasus tertentu. Riliv adalah aplikasi yang inovatif dan bermanfaat untuk menunjang kesehatan mental bagi pengguna di Indonesia. Kombinasi konseling psikolog online, meditasi mindfulness, dan konten edukasi memberikan pendekatan komprehensif untuk melatih pola pikir, mengatasi stres, dan meningkatkan kesejahteraan mental secara keseluruhan. Kehadiran data yang lengkap mengenai pesaing sangat mempermudah penelitian

dan konseptualisasi dalam merancang UI aplikasi yang direncanakan. Analisis terhadap pesaing juga berguna dalam mengidentifikasi kelemahan yang dapat dijadikan sebagai Unique Selling Point pada produk atau perancangan yang akan dikembangkan oleh peneliti di masa mendatang.

3.4.2 Analisa Aplikasi

Pembandingan Peneliti telah mengumpulkan sampel dari beberapa aplikasi terkemuka dalam berbagai kategori yang relevan sebagai data pembandingan untuk meningkatkan perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi yang akan dibuat oleh peneliti. Kategori-kategori yang telah dikumpulkan oleh peneliti mencakup:

- Visual : Gojek, Mental Health, Fit Hub, Head Space,
- Artifact - UI/UX : Gojek, Tokopedia, Janji Jiwa - Apps Relaksasi : Headspace, Mental Health, Alto's Adventure - Music app : Spotify - Virtual Game : Hay Day, Viridi, Focus Plant: Pomodoro Forest, Window Garden, Plant Nanny, Forest: Focus for productivity, Faboulus Daily Routine Planner - Ilustrasi Terbaik : Headspace, Gojek - Konsultasi Psikologi : Halo Doc, Alodoc, Bicarakan.id, - To Do List / Planner : To Do List by Microsoft, To Do List Schedule Planner, Google Task, TickTick, - Kesehatan Mental : Mental Health, Riliv, Headspace - News app : Artifact, CNN, CNBC, Deepstash, Medium - Community/socmed : Fandom, X (Twitter), Threads

Nama Aplikasi	Visual	Typo	Layouting	Color	Message	Keterangan
Gojek	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Ekosistem dan segi UI/UX sudah sangat bagus dan menjadi acuan utama dalam segi visual
Mental Health (Me)	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Warna masih terlalu gelap
FitHub	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Secara keseluruhan sudah sangat bagus.
Artifact	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Sangat minimalis dan mudah dipahami

Nama Aplikasi	Mudah dipahami	Ringkas	Menarik	Efisien	Mudah Digunakan	Keterangan
Gojek	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Masih ada beberapa menu yang agak sulit dimengerti.
Tokopedia	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Dalam pengalaman berbelanja, Tokopedia memiliki tingkat kenyamanan UI/UX terbaik dari competitor sejenis.
Janji Jiwa	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Lagging

Nama Aplikasi	Meditasi	Musik	Visual	Menenangkan	Variasi Konten	Navigasi	Mudah	Keterangan
Headspace	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	v v v	Mudah

v v V V Tidak terdapat fitur untuk relaksasi Mental Health v v v
V Alto's Adventure v v v Kurangnya variasi fitur dalam game
tersebut, namun secara keseluruhan sudah sangat memuaskan. Table 4 Matrix
Music Apps Komparasi aplikasi Nama Aplikasi Meditasi Musik Visual
Menenangkan Variasi Konten Navigasi Mudah Keterangan Spotify v v v v
Dari segi aplikasi musik, spotify menjadi top of mind di kategorinya.
Table 5 Matrix Ilustrasi Terbaik untuk Komparasi aplikasi Nama Aplikasi
Menarik Minimalis Komunikatif Message Keterangan Headspace v v Ilustrasi
menarik namun kurang dapat pesan yang ingin disampaikan. Mental Health
v v v Ilustrasi secara keseluruhan sangat basic namun pesannya
tersampaikan dengan baik, tetap cocok dengan tema Alto's Adventure v v
Gaya ilustrasi untuk sebuah game yang dapat menenangkan pikiran, sudah
sangat menarik. Table 6 Matrix App Konsultasi untuk Komparasi aplikasi
Nama Aplikasi Konsultasi Materi Edukasi Tampilan yang Nyaman Terapi yang
Keterangan Online Efektif Halodoc v v Konsultasi online yang mudah dan
UX yang nyaman Riliv v v Alodokter v v Dari segi layout dan
desain terlalu basic, namun mudah dimengerti Table 7 Matrix App To Do
List untuk Komparasi aplikasi Nama Aplikasi Kelengkapan fitur Meningkatkan
Produktivitas Tampilan yang Nyaman Fitur yang Efektif Keterangan
TDL by Microsoft v v v v Sejuah ini, yang paling nyaman digunakan,
mulai dari visual hingga fitur pada aplikasi TDL Schedule planner v v
Google Task v v Table 8 Matrix App Kesehatan Mental untuk Komparasi
aplikasi Nama Aplikasi Konsultasi Online Fitur Tampilan yang Nyaman
Keterangan Mental Health v v Tidak terdapat konsultasi online karena
berbasis self care Riliv v v Head Space v v Table 9 Matrix App
Berita untuk Komparasi aplikasi Nama Aplikasi Sumber Berita Fitur
Pencarian Navigasi mudah Variasi Konten Keterangan Artifact v v v v
Sangat lengkap dengan tampilan yang minimalist Deepstash v v v Medium
v v v v Secara keseluruhan sudah sangat lengkap Table 10 Matrix App
Social Media / Community Nama Aplikasi Informatif Toxicity Navigasi muda
h Build for Gen Z Keterangan Threads v v Terlalu kaku dan kurang

menarik dibanding x(twitter) X / Twitter v v v Sangat lengkap dan cocok untuk gen z, namun tingkat toxic sangat tinggi Fandom v v Target yang sangat spesifik, secara visual biasa saja

3.4.3 Analisa Kegiatan Bercocok Tanam

Kegiatan bercocok tanam menjadi salah satu aspek penting dalam perancangan UI aplikasi ini. Analisa terkait kegiatan bercocok tanam adalah landasan yang dapat dipakai dalam metode plant therapy yang akan menjadi salah satu fitur virtual plant dalam perancangan ui aplikasi "titik temu".

a. Jenis-jenis kegiatan bercocok tanam:

- Menanam Sayur di pot
- Menanam Bunga di halaman rumah
- Menanam Tanaman Hias di dalam rumah
- Menanam Hidroponik
- Menanam Vertikultur

b. Alur dari kegiatan bercocok tanam:

- Pilih jenis tanaman hias yang sesuai dengan kondisi pencahayaan di dalam rumah.
- Siapkan pot dengan ukuran yang sesuai dengan jenis tanaman.
- Isi pot dengan media tanam yang subur dan gembur.
- Buat lubang tanam pada media tanam.
- Masukkan bibit tanaman ke dalam lubang tanam.
- Tutup lubang tanam dengan media tanam.
- Siram tanaman dengan air secukupnya.
- Lakukan penyiraman secara rutin setiap hari.
- Berikan pupuk secara berkala untuk membantu pertumbuhan tanaman.

3.4.4 Analisa Kegiatan Konsultasi Psikolog

Mengetahui kegiatan dari konsultasi dengan psikolog adalah salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam penelitian ini sebagai bahan pertimbangan terhadap fitur yang perlu dimunculkan dalam perancangan ui aplikasi. Dalam analisa kegiatan konsultasi dengan psikolog dibagi menjadi 2, yaitu secara online dan juga offline.

Alur konsultasi psikolog secara offline:

- Memilih Psikolog
- Menandatangani kontrak untuk konsultasi secara berkala
- Analisa masalah
- Mengikuti arahan dari psikolog
- Evaluasi Pertemuan sebelumnya

Alur konsultasi psikolog secara online:

- Memilih psikolog
- Melakukan Payment
- Melakukan konsultasi sesuai durasi yang telah ditentukan
- Memberikan rating kepada psikolog

3.4.5 Analisa Metode Psikoedukasi

Psikoedukasi adalah metode edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman individu tentang kecemasan. Dalam konteks kecemasan berlebih, psikoedukasi

dapat membantu individu untuk:

- Memahami apa itu kecemasan: Psikoedukasi akan menjelaskan apa itu kecemasan, gejala-gejalanya, dan bagaimana kecemasan bermanifestasi dalam tubuh dan pikiran.
- Mempelajari jenis-jenis kecemasan: Psikoedukasi akan membahas berbagai jenis kecemasan, seperti Generalized Anxiety Disorder (GAD), Panic Disorder, dan Social Anxiety Disorder.
- Mengidentifikasi pemicu kecemasan: Psikoedukasi akan membantu individu untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memicu kecemasan mereka, baik internal (pikiran dan perasaan) maupun eksternal (situasi dan lingkungan).
- Mengembangkan strategi coping: Psikoedukasi akan memberikan individu berbagai strategi untuk mengatasi kecemasan, seperti teknik relaksasi, mindfulness, dan cognitive restructuring.
- Membangun self-efficacy: Psikoedukasi akan membantu individu untuk membangun kepercayaan diri dalam kemampuan mereka untuk mengelola kecemasan.

Psikoedukasi dapat disampaikan dalam berbagai format, seperti:

- Sesi individual: Psikolog atau profesional kesehatan mental lainnya dapat memberikan psikoedukasi secara individual kepada individu.
- Kelompok edukasi: Psikoedukasi dapat diberikan kepada sekelompok orang yang mengalami kecemasan.
- Materi edukasi tertulis: Berbagai materi edukasi tertulis tentang kecemasan tersedia, seperti buku, pamphlet, dan website.

Psikoedukasi merupakan bagian penting dalam pengelolaan kecemasan berlebih. **2 Dengan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang kecemasan, individu dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk mengatasinya dan meningkatkan kualitas hidup mereka.** Berikut beberapa manfaat psikoedukasi dalam mengatasi kecemasan berlebih:

- Mengurangi rasa takut dan ketidakpastian: Dengan memahami apa itu kecemasan dan bagaimana cara kerjanya, individu dapat merasa lebih terkendali dan tidak takut.
- Meningkatkan self-efficacy: Psikoedukasi dapat membantu individu untuk membangun kepercayaan diri dalam kemampuan mereka untuk mengelola kecemasan.
- Meningkatkan motivasi untuk mencari bantuan: Psikoedukasi dapat membantu individu untuk memahami pentingnya mencari bantuan profesional untuk mengatasi kecemasan.
- Meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan: Psikoedukasi dapat membantu individu untuk memahami pentingnya mengikuti

pengobatan yang direkomendasikan oleh profesional kesehatan mental. e. Meningkatkan kualitas hidup: Psikoedukasi dapat membantu individu untuk hidup lebih bahagia dan produktif. Psikoedukasi dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu individu mengatasi kecemasan berlebih. Jika Anda mengalami kecemasan berlebih, konsultasikan dengan psikolog atau profesional kesehatan mental lainnya untuk mendapatkan psikoedukasi yang tepat.

3.5 Kesimpulan Hasil Analisis Berdasarkan data dari Interaction Design Foundation, Design Thinking adalah pendekatan sistematis yang berfokus pada aspek manusiawi untuk menyelesaikan masalah, diterapkan dalam berbagai disiplin ilmu seperti desain, bisnis, dan teknologi. Pendekatan ini melibatkan pemahaman mendalam terhadap kebutuhan manusia, restrukturisasi permasalahan, pengembangan dan uji coba solusi, serta upaya terus-menerus untuk meningkatkan kualitas. Proses Design Thinking terdiri dari lima langkah utama: Empati, Definisi, Ideasi, Prototipe, dan Pengujian. Metode ini menekankan pentingnya empati, kerja sama, dan penciptaan solusi yang inovatif dan praktis.

1 Penelitian ini juga menggunakan metode riset kualitatif deskriptif, dengan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan kuesioner untuk memahami fenomena kecemasan berlebih pada remaja. Analisis terhadap pesaing seperti aplikasi Riliv juga dilakukan untuk mengidentifikasi kelemahan dan menciptakan Unique Selling Point pada produk yang akan dikembangkan. Dengan menggunakan pendekatan Design Thinking dan metode riset kualitatif deskriptif, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan solusi yang efektif dan inovatif untuk menangani masalah kecemasan berlebih pada remaja. Dengan memahami kebutuhan dan permasalahan yang mereka hadapi, aplikasi Titik Tem " diharapkan mampu memberikan dukungan praktis dan inovatif yang berdampak positif bagi kesehatan mental remaja. Upaya ini tidak hanya membantu mengurangi kecemasan tetapi juga meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

3.6 Pemecahan Masalah

Dari kesimpulan di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk mengatasi masalah kecemasan dan kecemasan berlebih yang dialami oleh remaja (Gen Z), diperlukan sebuah media yang dapat diakses kapan pun

dan di mana pun. Solusi yang ditawarkan adalah melalui perancangan UI aplikasi yang dilengkapi dengan berbagai fitur untuk mendukung proses penanganan pertama dan sebagai media informatif bagi pengguna. Aplikasi ini diharapkan mampu memberikan edukasi yang komprehensif mengenai kecemasan, sehingga para remaja dapat memahami kondisi mereka dengan lebih baik. Dengan adanya aplikasi ini, remaja dapat menerima informasi dan bantuan praktis untuk mengelola kecemasan mereka secara efektif dan berkelanjutan.


3.7 Lokasi Penelitian Penelitian tugas akhir ini dilaksanakan di beberapa lokasi guna memenuhi kebutuhan data yang diperlukan dalam mengukuhkan metode-metode pencegahan kecemasan pada perancangan aplikasi. Beberapa tempat penelitian meliputi:

a. Gramedia Emerald Bintaro Jaya Alamat: CBD Emerald, Jl. **4** Boulevard Bintaro Jaya No 02 CE/B, Parigi, Kec. Pd. Aren, Kota Tangerang Selatan, Banten 15227 Telepon: 0851-5724- 4757. Proses pencarian buku referensi dilakukan guna mendalami teori terkait perancangan antarmuka pengguna (UI) dan teori yang berkaitan dengan psikologi serta kecemasan berlebih.

b. Universitas Pembangunan Jaya Alamat: Blok B7/P, Jl. Cendrawasih Raya Bintaro Jaya, Sawah Baru, Kec. **5** Ciputat, Kota Tangerang Selatan, Banten 15413. Proses penelitian ini dilaksanakan di lingkungan kampus Universitas Pembangunan Jaya melalui serangkaian wawancara dengan seorang dosen ber-gelar Disertasi S3, yaitu Ibu Nadya. Pendekatan penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam melalui perspektif psikologi terkait fenomena kecemasan berlebih, yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

BAB IV STRATEGI KREATIF

4.1 Strategi Komunikasi Strategi komunikasi dalam perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Tem " menekankan pada fitur Anxiety Tracker. Generasi Z, yang cenderung menaruh minat pada visual menarik dan pesan yang mudah dipahami, merupakan kelompok yang sangat terhubung dengan teknologi. Mereka jarang terpapar hal-hal non-teknologi. Namun, tren terbaru menunjukkan minat mereka dalam aktivitas tradisional seperti melukis, memasak, dan berkebun. Konsep perancangan UI ini dianggap sesuai dengan perubahan minat tersebut, karena Generasi Z mulai mencari kegiatan

di luar rutinitas digital mereka. Fitur Anxiety Tracker dalam aplikasi ini diharapkan dapat membantu Generasi Z dalam memantau tingkat kecemasan mereka. Fitur ini berfungsi sebagai media komunikasi, di mana pengguna bertanggung jawab merawat satu tanaman virtual. Konsep perancangan menggabungkan tema taman dengan teknologi, mempresentasikan tanaman virtual dalam bentuk robot tanaman. Pengguna dapat merawatnya dengan memberikan air dan pupuk untuk pertumbuhan. Metode ini bertujuan mencegah kecemasan dan telah terbukti efektif, terutama selama pandemi, dikenal sebagai terapi tanaman atau Plant Therapy. Berdasarkan data yang dikutip dari jurnal "Plant Therapy sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Mental di Masa Pandemi" mengatakan bahwa terapi berkebun merupakan jenis terapi aktif yang telah diakui sebagai metode penting dalam meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan emosional serta kualitas hidup individu. Terapi ini melibatkan interaksi antara individu dengan tumbuhan hidup, yang dikenal sebagai Horticultural Therapy. Melalui kegiatan menanam dan berkebun, serta keterlibatan dengan alam, program ini digunakan sebagai sarana dalam proses terapi dan rehabilitasi. Berkebun memberikan kesempatan bagi peserta untuk merasa rileks dan menyelamatkan diri dari tekanan sosial sehari-hari (Efendi & Purbasari, 2021). Di samping itu, pengguna dapat memperoleh tanaman baru setelah tanaman sebelumnya mencapai titik puncaknya. Namun, untuk membeli tanaman tambahan, pengguna harus menggunakan mata uang virtual yang diperoleh melalui penyelesaian tugas harian (to do list) dan pemantauan kecemasan melalui Anxiety Tracker. Semakin aktif pengguna menyelesaikan tugas dan memanfaatkan Anxiety Tracker, semakin banyak mata uang virtual yang mereka kumpulkan. Selain itu, mata uang virtual juga dapat diperoleh dengan menonton video edukatif tentang kecemasan. Semakin banyak video yang ditonton, semakin banyak pula mata uang virtual yang diperoleh oleh pengguna. Salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan produktivitas dan mengurangi kecemasan pengguna adalah dengan mengajak mereka berpartisipasi dalam aktivitas yang bermanfaat, seperti berkebun.  Keterlibatan dalam merawat tanaman tidak hanya meningkatkan rasa

tanggung jawab terhadap kehidupan tanaman, tetapi juga berkontribusi pada pelestarian lingkungan. Misalnya, menjaga vegetasi seperti pohon dapat membantu memperbaiki kualitas udara yang semakin menurun. Hal ini dapat menjadi strategi yang relevan dalam mengelola stres sekaligus mendukung keberlanjutan lingkungan lewat perancangan aplikasi.

4.2 Analisa Segmentasi, Targeting, dan Positioning

a. Segmentasi: Pada kerangka proyek tugas akhir ini, segmentasi dilakukan melalui pemecahan aspek-aspek tertentu, termasuk demografis, psikografis, dan status sosial. Dari segi demografis, pengguna yang ditargetkan oleh perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu" adalah remaja berusia 18-25 tahun dengan keterwakilan baik dari gender laki-laki maupun perempuan. Para remaja ini baru saja menyelesaikan pendidikan formal mereka dan menghadapi kekhawatiran terkait masa depan dan stabilitas finansial. Kelompok ini cenderung mengalami kehidupan sederhana atau berada dalam kelas menengah ke bawah, memerlukan dukungan dan motivasi untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Target pengguna dari segi status sosial adalah remaja dengan status sosial menengah ke bawah, mencerminkan ketidakstabilan ekonomi yang mendorong mereka untuk lebih berupaya dalam berpikir dan bekerja guna menjaga stabilitas ekonomi keluarga serta meraih masa depan yang lebih cerah.

b. Targeting: Berdasarkan sasarannya, desain antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu" ditujukan untuk kalangan remaja atau Generasi Z dalam rentang usia produktif (15-25 tahun), terutama bagi mereka yang mengalami kecemasan berlebih, baik itu berasal dari interaksi dalam lingkungan sosial maupun aspek-aspek yang terkait dengan aktivitas sehari-hari.

c. Positioning: Perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu" bertindak sebagai upaya pertama dalam menyediakan pendekatan psikoedukatif bagi remaja di Indonesia yang kerap mengalami kecemasan terkait dengan aspek kehidupan sehari-hari.

4.3 Analisa Model 5W+1H

a. What (Apa) Penentuan fitur inti dalam perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu" seperti Threads, Community, dan Anxiety Tracker, bertujuan untuk mencegah munculnya kecemasan berlebih pada kelompok remaja berusia 18-25 tahun.

b. Who

(Siapa) Penelitian ini mencakup identifikasi target utama perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu", yaitu pada kelompok remaja atau Generasi Z dengan rentang usia 18-25 tahun, baik laki-laki ataupun perempuan.

c. When (Kapan) langkah-langkah atau alur pengerjaan proyek penelitian tugas akhir ini melibatkan serangkaian kegiatan, mulai dari pengumpulan data melalui wawancara dan observasi, penyusunan proposal, hingga penyelesaian prototype.

d. Why (Kenapa) Memberikan dukungan kepada remaja atau Generasi Z dengan rentang usia 18-25 tahun untuk mengatasi kecemasan berlebih. Usia ini menandai periode di mana remaja menghadapi berbagai perubahan signifikan dalam kehidupan mereka, menjadi masa yang penuh tantangan dengan tekanan dari berbagai aspek seperti perkuliahan, pekerjaan, dan interaksi dalam lingkungan sosial mereka.

e. Where (Dimana) Penentuan lokasi yang optimal untuk distribusi aplikasi akan disesuaikan dengan target yang telah ditetapkan, misalnya, dapat melibatkan area Jabodetabek atau wilayah di luar Jabodetabek.

f. How (Bagaimana) Faktor pemicu dan strategi pencegahan yang sesuai untuk membantu remaja mengatasi kecemasan berlebih atau anxiety, sejalan dengan permasalahan yang telah diidentifikasi.

4.4 Proses Tahapan Perancangan Media Interaktif /UI/UX Web & App

4.4.1 Moodboard Gambar 4 Moodboard

Perancangan UI Aplikasi Titik Temu Moodboard yang digunakan dalam perancangan UI aplikasi "Titik Temu" mengusung konsep clean dan minimalist. Sentuhan warna aksen serta ilustrasi ditambahkan untuk mendukung perancangan ini agar terlihat lebih menarik dan estetik.

4.4.2 Konsep Perancangan

Konsep merupakan elemen krusial dalam perancangan produk, mencakup tujuan, target pengguna, fitur, fungsionalitas, dan tampilan antarmuka pengguna (user interface/UI). Pentingnya konsep terletak pada kemampuannya memastikan kebutuhan pengguna terpenuhi dan memberikan pengalaman yang memuaskan. Dalam merancang UI Aplikasi "Titik Temu" untuk membantu Generasi Z mengatasi kecemasan, digunakan metode psikoedukasi. Konsep besar aplikasi ini menggabungkan tema tanaman dan teknologi sebagai simbol penyembuhan individu dan kemajuan zaman. Penggabungan ini mengandung makna mendalam,

di mana tanaman melambangkan kesembuhan dan teknologi mencerminkan perkembangan zaman. Dukungan konsep ini memungkinkan penambahan fitur menarik yang membedakan "Titik Tem" dari aplikasi kesehatan mental lainnya.

a. Pra Perancangan

Sebelum memulai perancangan, peneliti melakukan beberapa riset dan juga sebuah wawancara. Peneliti mencari referensi dan juga artikel terkait topik kecemasan berlebih serta teori perancangan User Interface yang dapat membantu proses penyelesaian perancangan UI aplikasi ini. Peneliti menggunakan beberapa referensi dari aplikasi yang dengan beberapa kategori untuk dipelajari mulai dari fitur, layouting, pengalaman pengguna, serta beberapa teori pendukung lainnya. Hal tersebut dipelajari untuk membuat sebuah perancangan UI aplikasi yang maksimal. Selain mengumpulkan referensi dan teori, peneliti juga melakukan sebuah wawancara dengan salah satu dosen psikologi dari Universitas Pembangunan Jaya, Ibu Nadya, untuk membantu riset terkait kecemasan berlebih pada Gen Z. wawancara ini dilakukan untuk menemukan metode yang sesuai untuk dapat diimplementasikan ke dalam perancangan UI aplikasi nanti. Setelah melakukan wawancara, peneliti mendapatkan jawaban terkait metode, yaitu dengan menggunakan metode psikoedukasi dalam perancangan. Singkatnya, metode psikoedukasi adalah metode yang bekerja dengan cara memberikan informasi kepada para pengguna terkait kecemasan yang mereka selama ini tidak ketahui. Hal tersebut adalah metode terbaik yang dapat digunakan dalam perancangan UI aplikasi ini. Selain itu peneliti menggunakan salah satu terapi pendukung yang bernama "Plant Therapy". Plant Therapy memungkinkan para pengidap kecemasan berlebih untuk menenangkan pikiran dengan cara merawat tanaman dari di dalam rumah. Terapi ini nantinya akan berbentuk sebuah fitur tanaman virtual bagi para pengguna. Setelah mengumpulkan artikel, teori, data, dan juga referensi, peneliti memasuki tahap perancangan.

b. Perancangan

Pemilihan tema tanaman dalam perancangan UI aplikasi ini bertujuan untuk mencerminkan atmosfer ketenangan dan kedamaian. Hal ini didasarkan pada penelitian yang menunjukkan bahwa tanaman dan pohon memiliki pengaruh positif yang signifikan dalam lingkungan sekitar, seperti yang dilaporkan

dalam artikel di situs web kompas.com. Keberadaan tanaman dipandang sebagai media untuk menghubungkan manusia dengan alam dan memberikan manfaat tambahan, termasuk dalam konteks filosofi Fengshui. Ada juga asosiasi antara tanaman dengan konsep-konsep seperti penyegar pikiran, simbol ekspansi, dan pentingnya hubungan sosial (Tashandra & Wadrianto, 2019). Dalam konteks perancangan UI aplikasi "Titik Temu" yang memfokuskan pada topik kecemasan berlebih, penggabungan tanaman dengan teknologi dipandang sebagai konsep yang relevan. Tujuannya adalah untuk memberikan dukungan kepada pengguna agar merasa lebih rileks, tenang, dan damai. Melalui integrasi tersebut, diharapkan pengguna dapat lebih mudah memahami makna dari konsep atau tema utama yang disajikan dalam aplikasi tersebut.

c. Pasca Perancangan Setelah melewati proses perancangan, peneliti memasuki tahap pasca perancangan. Pada tahap ini peneliti merancang berbagai macam media pendukung untuk mempromosikan baik secara 'soft selling' ataupun 'hardselling', perancangan UI aplikasi yang telah dibuat. Hal ini bertujuan untuk memperkenalkan perancangan user interface aplikasi ini kepada masyarakat, serta menjadi bentuk kepedulian kita terhadap kecemasan berlebih baik itu pada Gen Z ataupun generasi lainnya. Pada pasca perancangan, peneliti mempersiapkan media pendukung yang nantinya akan dipamerkan pada pameran yang akan berlangsung di Gedung A, Universitas Pembangunan Jaya. Pada pameran ini peneliti akan mengenalkan kepada para pengunjung tentang aplikasi "Titik Temu". Beberapa media pendukung dirancang sebagai representasi Gen Z ataupun benda-benda yang berhubungan dengan Gen Z. adapun beberapa media pendukung yang peneliti rancang adalah Lanyard, Instagram feeds, Photobox frame, stiker, baju, totebag, dan masih banyak yang lainnya. Peneliti juga melakukan kerja sama secara virtual dengan podcast rintik sedu untuk mengkampanyekan anxiety dikalangan Gen Z, dan untuk memberikan support kepada para Gen Z diluar sana yang merasa kesulitan mengatasi kecemasan berlebih pada diri mereka.

4.4.3 Color Pallette Gambar 5 Color Pallette yang digunakan sebagai branding dari Perancangan UI aplikasi Titik Temu Pada perancangan

UI aplikasi “Titik Temu”, peneliti menggunakan color pallete sederhana dan minimalist. Penggunaan warna putih sebagai latar belakang untuk menampilkan kesan clean dan minimalist, serta agar terlihat lebih nyaman dipandang mata akan mempermudah para pengguna dalam menggunakan perancangan UI aplikasi “Titik Temu”. Selain warna putih sebagai latar, terdapat beberapa warna aksen seperti biru, hijau, ungu, dan juga merah. Penggunaan warna aksen digunakan untuk memperkuat branding dan juga sebagai pendukung perancangan agar lebih menarik dan mudah dipahami. - Biru: Warna biru melambangkan kepercayaan, stabilitas, dan ketenangan. Warna ini sering digunakan untuk mewakili perusahaan atau organisasi yang profesional dan terpercaya. - Hijau: Warna hijau melambangkan pertumbuhan, keseimbangan, dan kesuburan. Warna ini sering digunakan untuk mewakili alam dan kesehatan. - Ungu: Warna ungu melambangkan sisi spiritual, elegan, dan juga memiliki perasaan yang positif. Warna ini juga sering mewakili kesan keanggunan dan kebijaksanaan Merah: Warna merah melambangkan keberanian dan kekuatan. Sebagai media yang mendukung perubahan kearah yang lebih baik untuk para remaja khususnya Gen Z, aksen warna merah cocok digunakan untuk melambangkan proses untuk berubah menjadi lebih baik.

4.4.4 Font

Gambar 6 Font yang digunakan pada perancangan UI aplikasi Titik Temu Font yang digunakan dalam perancangan UI aplikasi “Titik Temu” ada 2 tipe font. Yang pertama menggunakan Bricolage Grotesque sebagai font utama dan headline, serta “Plus Jakarta Sans” sebagai body copy. Penggunaan kedua font ini memiliki kegunaannya masing-masing. Bricolage Grotesque digunakan sebagai font utama dalam perancangan ini sekaligus menjadi font yang digunakan dalam logo utama “Titik Temu”. Font ini memiliki bentuk dinamis dan tidak terlalu kaku, serta masih menunjukkan kesan flora dengan bentuk lengkungan pada bentuk setiap font yang bisa menjadi lambang dari penyembuhan yang sesuai dengan tema “Titik Temu”. Plus Jakarta Sans berperan sebagai font pendukung dalam perancangan UI aplikasi “Titik Temu”. Pemilihan font “Plus Jakarta Sans” adalah karena font ini memiliki tingkat readabilit

as yang tinggi, tegas, tetapi tidak terlalu mainstream digunakan, serta cocok untuk perancangan UI baik itu aplikasi ataupun website. Desain dari “Plus Jakarta Sans” yang tegas dan minimalis ini cocok untuk mendukung perancangan ini terlihat lebih clean, dan memiliki tingkat keterbacaan cocok dengan para pengguna yaitu Gen Z sebagai target utama.

4.4.5 Persona Gambar 7 Onje si Overthinker sebagai persona

Persona yang akan digunakan pada perancangan UI aplikasi “Titik Temu” adalah Onje si Overthinker. Onje adalah seorang mahasiswa semester satu jurusan ilmu komunikasi pada salah satu universitas negeri di Jakarta. Onje termasuk salah satu mahasiswa yang sering aktif pada kegiatan baik dalam ataupun diluar kampus. Onje saat ini berumur 18 tahun, di umurnya yang masih muda, ia sudah memiliki banyak pengalaman organisasi dan kepanitiaan yang ia ikuti dari SMA. **6** Ia juga merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Dibalik prestasi dan pengalaman yang sudah ia dapatkan, tanpa disadari, onje sering merasa overthinking dan merasakan kecemasan. Kecemasan yang ia alami pun seperti ketakutan akan masa depannya, dan takut tidak diterima di lingkungan sosial, itulah mengapa dia berusaha selalu aktif pada kegiatan untuk membentuk brandingnya sebagai pribadi yang bisa disukai banyak orang, ia takut orang tidak bisa menerima dia karena cemas akan kesalahan yang mungkin tidak ia sadari ia lakukan kepada orang lain. Onje juga termasuk aktif di sosial media, salah satunya Instagram dan twitter, dan bisa tergolong memiliki pengikut yang banyak. Ia sering memberikan update tentang apa yang ia kerjakan dan kegiatan yang sedang ia jalani. Onje juga sesekali mengunggah tentang masalah yang ia hadapi ke akun media sosialnya untuk meluapkan pikirannya, namun di satu sisi ia khawatir jika terlalu banyak berkeluh kesah malah akan membuatnya terlihat sebagai pribadi yang lemah. Onje seringkali bergelut dengan pikirannya entah pada saat melamun ataupun pada saat malam hari. Ia merasa cemas terhadap kehidupannya tidak akan menjadi orang yang berhasil dan mengecewakan banyak orang. Onje sering merasa cemas, dan ia sadar akan

hal itu, namun onjeh tidak ingin bercerita pada orang-orang terdekatnya apalagi mendatangi psikolog untuk bercerita tentang kecemasannya, karena ia merasa selama ini masih bisa menangani hal itu sendiri. Onjeh merasa ia perlu menemukan sebuah solusi untuk dirinya sendiri agar dapat meluapkan seluruh kecemasan yang mengisi pikirannya agar dapat lebih tenang dalam menjalani hari. Namun ia bingung harus mencari solusinya dimana dan apakah ia bisa mempercayai seseorang untuk menjadi tempat bercerita.

4.4.6 Sitemap Gambar 8 Sitemap Perancangan UI aplikasi Titik Temu

4.4.7 App Name Gambar 9 logo Titik Temu Nama brand "Titik Temu" memiliki makna yang mendalam yang menggambarkan pertemuan antara masalah dan solusi. Kata "titik" merujuk pada suatu tempat atau momen pertemuan. Dalam konteks ini, "titik temu" dimaknai sebagai tempat bertemunya berbagai elemen, seperti kebutuhan pengguna, solusi yang ditawarkan, dan nilai-nilai dari "Titik Temu" itu sendiri. Secara keseluruhan, nama "Titik Temu" mencerminkan branding dari brand "Titik Temu" untuk menjadi media yang bermanfaat bagi semua orang, dengan menyediakan solusi yang tepat dan membangun komunitas yang Edukatif dan kolaboratif.

4.4.8 Flowchart Gambar 10 Flowchart Perancangan UI aplikasi Titik Temu Flowchart pada perancangan UI aplikasi "Titik Temu" dimulai dari splash screen sebagai pengenalan singkat mengenai isi dari perancangan UI aplikasi "Titik Temu" kepada para pengguna.

4.4.9 Grid App Gambar 11 penggunaan grid dan jarak margin Penggunaan grid pada perancangan UI aplikasi "Titik Temu" mengadaptasi grid tengah yang berjarak satu kotak berukuran 18px dan jarak antar tiap elemen menggunakan kelipatan 4 dan 8 sehingga menampilkan susunan yang lebih konsisten dan terlihat lebih rapih dan minimalist.

4.4.10 Low Fidelity Gambar 12 low fidelity perancangan UI aplikasi "Titik Temu" Low Fidelity Prototype adalah sebuah rancangan yang menggambarkan sistem dengan karakteristik mempunyai fungsi atau interaksi yang terbatas. Low Fidelity Prototype membantu peneliti untuk membuat perancangan UI aplikasi "Titik Temu" dalam menunjukkan alur atau flow dalam menggunakan aplikasi dan juga menampilkan tampilannya.

4.4.11 Wireframes - Splash Screen Gambar

Error: Reference source not found.13 Sketsa Wireframe bagian Splash Screen Ketika mulai membuka perancangan aplikasi, pertama para pengguna akan memasuki menu splash screen. Splash screen ini akan berisi gambaran singkat terkait perancangan aplikasi "Titik Temu". - Login Gambar Error: Reference source not found.14 Sketsa Wireframe menu Login Setelah melalui splash screen , para pengguna akan segera diarahkan pada menu login . Pada menu login ini, para pengguna akan diberikan beberapa pilihan yaitu, login menggunakan email yang telah terdaftar, mendaftarkan email pengguna baru, dan juga dapat melanjutkan masuk kedalam perancangan UI aplikasi tanpa menggunakan email. - Main Menu Gambar Error: Reference source not found.15 Sketsa Wirefram Main Menu Setelah melalui tahap login , para pengguna akan memasuki menu utama dari perancangan UI aplikasi ini. Pada menu utama ini, para pengguna akan melihat tampilan dan beberapa fitur yang akan di highlight seperti postingan motivasi dan beberapa berita penting dari fitur news and community , lalu akan ada fitur to do list untuk me- remind para pengguna untuk mengisi to do list dan menyelesaikan to do list mereka pada hari itu. - Anxiety (Community and News) Gambar Error: Reference source not found.16 Sketsa Wireframe Menu Anxiety News dan Community Menu Anxiety akan dibagi menjadi 2 page , pertama adalah news yang berisi berita dan artikel yang berkaitan dengan kecemasan berlebih atau anxiety. Page selanjutnya adalah community. Community pada perancangan UI aplikasi ini akan berisi postingan-postingan dari para pengguna lain terkait kecemasan berlebih. Para pengguna dapat mengutarakan pemikiran mereka dengan memposting thread atau membuat fitur poling. Selain itu mereka juga dapat me- repost dan comment pada postingan pengguna lainnya sebagai bentuk interaksi antar pengguna. - Zen Garden Gambar Error: Reference source not found.17 Sketsa Wirefame Menu Zen Garden dan Anxiety Tracker serta To do list Zen Garde akan memiliki tiga fitur utama. Pertama adalah zen garden , sebuah fitur interaktif yang memungkinkan pengguna untuk merawat tanaman dengan menyirami dan memberi pupuk. Tanaman akan tumbuh lebih cepat dan

sehat jika pengguna menyelesaikan to do list harian dan melacak tingkat kecemasan mereka. Semakin banyak tugas yang diselesaikan, semakin cepat tanaman tumbuh. Pengguna juga dapat memperoleh pupuk melalui menonton video edukatif yang memberikan koin sebagai imbalan. Fitur kedua adalah to do list, yang membantu meningkatkan produktivitas dan mengurangi kecemasan. Fitur terakhir adalah anxiety tracker, di mana pengguna dapat mencatat dan mengatasi kecemasan harian mereka. - Music Box

Gambar Error: Reference source not found.18 Sketsa Wireframe Menu Music Bo, Ambient Sound dan Music Journey Dalam music box ini, terdapat dua fitur utama, yakni music journey dan ambient sound. Music journey memungkinkan pengguna untuk melacak lagu favorit mereka pada suatu momen dengan menambahkan lagu-lagu tersebut ke dalam daftar dan menyertakan catatan terkait cerita di balik musik tersebut. Sementara itu, fitur ambient sound memungkinkan pengguna untuk mendengarkan suara-suara yang menenangkan seperti suara alam terbuka, kicauan burung, suara hujan, dan sebagainya. Ambient sound ini dapat digunakan untuk kegiatan meditasi atau journaling. - Ai Chat Bot

Gambar Error: Reference source not found.19 Sketsa Wireframe Menu Ai Chat Bot Fitur Ai Chat Bot diharapkan dapat meningkatkan pengalaman pengguna dalam bercerita dan berinteraksi dengan karakter anxiety, sehingga menciptakan kesan seolah-olah sedang bercerita dengan seorang teman atau ahli. Kehadiran Ai Chat Bot ini diharapkan dapat memberi rasa nyaman bagi pengguna yang memiliki kekhawatiran dalam berbagi cerita kepada individu lain, sehingga mereka merasa lebih bebas dan dapat bercerita tanpa rasa takut akan adanya penilaian dari lingkungan sekitar. 4.4.12 Illustration Gambar 20 ilustrasi anak muda untuk merepresentasikan Gen Z Gambar 21 ilustrasi tanaman untuk merepresentasikan metode plant therapy Dalam perancangan UI aplikasi "Titik Tem", peneliti menerapkan berbagai ilustrasi pendukung untuk meningkatkan daya tarik visual dan mempermudah penyampaian pesan kepada pengguna. Ilustrasi tersebut terbagi menjadi dua jenis. Pertama, ilustrasi yang menggambarkan generasi Z, yang terdiri dari tiga individu: satu laki-laki

dan dua perempuan. Kedua, ilustrasi tanaman yang digunakan untuk merepresentasikan terapi tanaman (plant therapy) dengan memanfaatkan tanaman rumahan seperti jasmine, lavender, dan gerbera daisy.

4.4.13 High Fidelity

Gambar 22 Proses high fidelity pada perancangan UI aplikasi Titik Temu

Setelah melalui beberapa tahap, kita memasuki dua tahap terakhir, yaitu high fidelity. High fidelity adalah tahap di mana semua aset dan perancangan difinalisasi dari segi desain sebelum memasuki tahap prototipe. Peneliti telah melakukan beberapa quality check sebelum memasuki tahap akhir, termasuk memeriksa ketepatan desain, ukuran setiap font, ilustrasi, dan tata letak apakah sudah sesuai dengan perancangan awal. Setelah proses high fidelity atau finalisasi desain selesai, kita akan mulai memasuki tahap prototipe pada desain UI aplikasi.

4.5 Prototype Design

Gambar 23 proses prototyping desain aplikasi "Titik Temu"

Setelah melalui proses high fidelity, peneliti memasuki tahapan terakhir, yaitu prototyping design. Proses ini adalah dimana perancangan visual yang telah dirancang akan disusun dalam bentuk prototype agar setiap fungsi dari perancangan dapat digunakan dengan baik. Proses ini memakan waktu yang cukup lama dan ketelitian yang ekstra karena setiap detail sangat penting agar perancangan aplikasi "Titik Temu" ini dapat berjalan dengan baik dan sebagaimana mestinya.

4.6 Media Pendukung

Media pendukung yang digunakan oleh peneliti dalam proyek tugas akhir ini mencakup beberapa media cetak dan media digital, sebagai berikut:

- Peranko Gambar 24 desain stiker peranko sebagai media pendukung Peranko pada perancangan ini berbentuk stiker bertema peranko. Stiker ini efektif karena Gen Z menyukai stiker berwarna cerah yang juga memiliki unsur edukasi tentang kecemasan.
- T-shirt Gambar 25 Design kaos 1 sebagai media pendukung Gambar 26 desain kaos 2 sebagai media pendukung Gambar 27 desain kaos 3 sebagai media pendukung digunakan sebagai media pendukung sekaligus media promosi produk "Titik Temu" saat pameran. Pengunjung yang memakai t-shirt ini akan meningkatkan kesadaran tentang "Titik Temu"
- Totebag Gambar 28 desain totebag 1 sebagai media pendukung Gambar 29 desain totebag 2 sebagai

media pendukung Gambar 30 desain totebag 3 sebagai media pendukung Totebag, yang sedang tren di kalangan Gen Z, berdesain sederhana dan menarik. Totebag ini menarik perhatian pengunjung dan mempromosikan produk "Titik Temu" kepada masyarakat yang melihatnya. - Photocard Gambar 31 desain photo card sebagai media pendukung Photocard ini berfungsi meningkatkan emosi dan motivasi diri pengguna. Pengguna dapat menuliskan tujuan masa depan sebagai distraksi dari kecemasan, sehingga termotivasi untuk semangat. - Anxiety tracker Gambar 32 desain anxiety tracker sebagai media pendukung Anxiety tracker berguna sebagai media jurnaling sederhana. Pengguna dapat mencatat nama dan kecemasan yang dirasakan untuk memotivasi diri agar tidak berlarut-larut dalam kecemasan. - Booth Ticket Gambar 33 desain tiket sebagai undangan dan media pendukung serta promosi Tiket digunakan sebagai media pendukung dan promosi untuk mengunjungi pameran "Titik Temu" yang mempromosikan produk penanganan kecemasan berlebih pada Gen Z. Tiket ini akan dibagikan kepada dosen dan perwakilan prodi lainnya. - Mini sticker Gambar 34 desain mini sticker sebagai media pendukung Mini stiker berisi karakter, ilustrasi, dan kata-kata motivasi, yang bisa menjadi aksesoris untuk gadget atau barang-barang Gen Z. - "Time to check" card Gambar 35 desain time to check card sebagai media pendukung Kartu ini terdiri dari beberapa tema yang dapat diisi pengunjung, seperti role model favorit atau tempat yang ingin dikunjungi. Media ini berguna untuk meningkatkan motivasi mencapai tujuan masa depan, sehingga mengurangi kecemasan. - Flyer Plant therapy (Zen garden) Gambar 36 desain flyer zen garden sebagai media pendukung Flyer ini berperan sebagai media pendukung dan promosi, memperkenalkan kecemasan dan metode plant therapy yang dapat dilakukan di rumah. Ini adalah fitur unggulan dalam perancangan UI aplikasi "Titik Temu" - Gelang kunjungan Gambar 37 desain gelang kunjungan sebagai media pendukung dan promosi Gelang ini menjadi penanda bahwa seseorang telah mengunjungi booth pameran "Titik Temu" - Lanyard Gambar 38 desain lanyard sebagai media promosi Lanyard berguna sebagai media pendukung yang sering digunakan Gen

Z untuk menggantung kartu nama, e-money, dan kartu lainnya. -
Photobooth frame Gambar 39 desain photobooth frame sebagai media pendukung dan promosi Photobooth frame, yang populer di kalangan Gen Z, memiliki desain unik. Selain menjadi item tren, frame ini dapat mengenalkan kecemasan melalui produk Titik Temu " - Feeds Instagram Gambar 40 design mockup feeds instagram sebagai media pendukung dan promosi Feeds Instagram adalah elemen penting untuk promosi produk atau jasa. Feeds ini berisi informasi tentang kecemasan, motivasi, edukasi, dan promosi produk Titik Temu " Dengan memanfaatkan berbagai media pendukung ini, proyek tugas akhir ini diharapkan mampu memberikan solusi komprehensif dan efektif dalam mengatasi kecemasan berlebih pada remaja Gen Z. -
Polyfoam Poster "Scan barcode" Gambar 41 Poster Polyfoam sebagai media promosi dan pendukung perancangan aplikasi Titik Temu Poster dalam bentuk poster polyfoam ukuran A4 yang berisi barcode yang dapat mengarahkan pengunjung agar dapat mengunjungi Instagram resmi dari "Titik Temu" dan mendapatkan berbagai informasi seputar kecemasan, hingga produk dari Titik Temu. BAB V PENUTUP 5.1 Kesimpulan Generasi Z (Gen Z) di Indonesia, sebagai kelompok usia dengan populasi terbesar saat ini, diharapkan menjadi generasi emas pada tahun 2045 karena tumbuh di era industri 4.0 yang serba digital. Generasi Z (Gen Z) di Indonesia menghadapi tantangan kesehatan mental yang signifikan, terutama terkait kecemasan berlebih (anxiety) yang dipicu oleh berbagai faktor seperti ketidakpastian masa depan, masalah finansial, tekanan prestasi, serta pengaruh media sosial. Kompleksitas masalah ini memerlukan solusi berupa perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi self-care yang menerapkan pendekatan psikoedukasi untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang kecemasan, gejala, penyebab, serta strategi pengelolaan yang efektif. Aplikasi ini akan memuat fitur seperti komunitas, forum diskusi, daftar putar, dan kutipan afirmatif, dengan tujuan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi remaja yang mengalami kecemasan berlebih, sehingga mereka dapat mengatasi kondisi tersebut, meningkatkan kualitas hidup, dan mencegah

dampak negatif yang lebih besar. Generasi Z (Gen Z) menghadapi tantangan utama dalam mengelola kesehatan mental, khususnya terkait kecemasan berlebih (anxiety), yang disebabkan oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, stigmatisasi, serta keterbatasan akses terhadap sumber daya dan layanan kesehatan mental. Tingkat kecemasan yang beragam di kalangan Gen Z, mulai dari ringan hingga parah, menuntut adanya solusi yang dapat menyediakan informasi akurat dan dapat dipercaya tentang kecemasan serta cara mengatasinya melalui pendekatan psikoedukasi. Selain itu, kebutuhan akan dukungan emosional juga perlu diakomodasi dalam solusi tersebut, dengan menyediakan lingkungan yang menunjang interaksi dan saling mendukung antar pengguna yang mengalami situasi serupa, sehingga dapat membantu pengelolaan kecemasan secara efektif dan menyeluruh. Generasi Z merupakan kelompok yang sangat terpengaruh oleh perkembangan teknologi, terutama karena mereka hidup dalam era Industri 4.0 di mana teknologi mendominasi segala aspek kehidupan. Tingkat kecemasan yang tinggi di kalangan Gen Z mendorong perlunya pendekatan yang berbasis teknologi sebagai solusi. Mengingat ketergantungan Gen Z pada teknologi dan internet, perancangan antarmuka pengguna (UI) untuk aplikasi perawatan diri menjadi relevan sebagai upaya untuk membantu mereka mengatasi kecemasan yang mereka alami. Perancangan UI aplikasi ini menawarkan beberapa fitur yang bertujuan membantu pengguna, khususnya generasi Z, dalam mengatasi kecemasan berlebih. Melalui metode psikoedukasi, pengguna diberikan informasi terkait kecemasan yang mereka alami. Selain itu, aplikasi ini menyediakan fitur seperti tanaman virtual sebagai salah satu bentuk terapi tanaman untuk meredakan kecemasan dan menyegarkan pikiran. Pengguna juga dapat berinteraksi dengan sesama pengguna melalui fitur komunitas, serta berbicara mengenai pengalaman kecemasan melalui AI chat bot bagi mereka yang kesulitan berinteraksi dengan orang lain. Fitur lainnya mencakup meditasi dan relaksasi pikiran melalui music box yang menyediakan suara ambient yang menenangkan, membantu pengguna dalam meditasi dan jurnalisme. Pemanfaatan desain yang bersih dengan penambahan gambar yang menarik

diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri pengguna. Tema yang diterapkan dalam desain ini menggabungkan elemen flora dan teknologi sebagai simbol penyembuhan dan keberlanjutan, didukung dengan dominasi warna hijau dan biru untuk meningkatkan kesan menyenangkan. Selain itu, pemilihan tipografi yang sesuai dengan tema Kesehatan yang sederhana dan tegas diharapkan dapat menambah estetika aplikasi tanpa mengorbankan kemudahan membaca bagi pengguna. Penelitian ini akan menggunakan perancangan prototipe aplikasi UI sebagai fokus utama dalam tugas akhir. Selain itu, akan ada dukungan dari berbagai media pendukung seperti totebag, hoodie, dan merchandise dengan tema kecemasan berlebih untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya generasi Z, terhadap masalah kecemasan berlebihan.

5.2 Saran

Sebuah penelitian yang berkualitas adalah penelitian yang mampu memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Setelah menyelesaikan penelitian dan pengerjaan proyek tugas akhir perancangan antarmuka pengguna (UI) aplikasi "Titik Temu", terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan hasil dan kesimpulan yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan. Rekomendasi tersebut diuraikan sebagai berikut. Sebagai generasi yang memegang kunci keberhasilan negara di masa mendatang, kita harus dapat memanfaatkan dengan optimal segala fasilitas yang tersedia, seperti teknologi dan ilmu pengetahuan. Meskipun setiap individu pasti memiliki permasalahan masing-masing, hal tersebut bukan menjadi alasan untuk menyerah dalam menjalani kehidupan. Lingkungan yang mendukung dan positif merupakan kunci awal untuk mencapai keberhasilan. Meskipun kita diajarkan untuk tidak memilih-milih dalam berteman, namun sebagai individu yang cerdas, kita perlu memahami apakah lingkungan yang kita hadapi saat ini benar-benar mendukung perkembangan diri atau tidak. Jika lingkungan tersebut dirasa menghambat, maka carilah tempat atau lingkungan yang memungkinkan untuk memaksimalkan potensi diri dan memberikan manfaat bagi banyak orang. Setiap individu selalu membutuhkan sarana untuk bercerita dan mengekspresikan diri. Tidak semua beban dapat ditanggung sendiri, terkadang kita memerlukan media untuk

melampiasikan pemikiran atau permasalahan yang sedang dialami. Perlu adanya kepedulian yang lebih besar terhadap orang-orang di sekitar kita. Seseorang yang terlihat bahagia belum tentu benar-benar bahagia, begitu pula sebaliknya. Cobalah untuk lebih peduli pada orang-orang yang membutuhkan bantuan namun tidak mampu mengungkapkannya karena rasa takut atau malu terhadap konsekuensi yang mungkin diterima jika menceritakan keluh kesahnya. Membantu tidak harus berupa materi, tetapi dapat dimulai dengan menjadi pendengar yang baik. Bagi peneliti yang ingin mengembangkan topik terkait kecemasan berlebih, terdapat banyak aspek yang dapat dieksplorasi lebih lanjut, mulai dari tahapan, metode, hingga penanganan atau pengobatan untuk kondisi tersebut. Peneliti perlu memiliki pemahaman yang mendalam terkait topik yang diteliti, terutama isu kesehatan mental yang saat ini menjadi pembahasan yang semakin marak di kalangan masyarakat. Peneliti diharapkan memperbanyak literasi dan mengacu pada sumber-sumber yang valid terkait topik yang diambil. Terdapat banyak situs web yang menyediakan informasi dari sumber-sumber terpercaya. Perluasan bacaan dan studi kasus yang relevan dapat memperkaya wawasan peneliti terkait topik yang diteliti. Bagi para peneliti selanjutnya yang berfokus pada perancangan antarmuka pengguna (UI), disarankan untuk memperkaya penelitian dengan informasi terkait prinsip-prinsip desain dalam merancang tampilan UI/UX. Hal-hal seperti tata letak, penggunaan warna, tipografi, hingga elemen-elemen yang terdapat dalam perancangan perlu diperhatikan. Peneliti perlu memahami aspek kenyamanan pengguna (user comfort) dalam menggunakan aplikasi atau situs website. Prioritas utama dalam perancangan UI/UX adalah pengalaman pengguna (user experience) yang menjadi titik krusial yang harus diperhatikan terlebih dahulu dibandingkan dengan estetika visual semata. Pada perancangan ini, peneliti selanjutnya harus lebih memprioritaskan kebutuhan calon pengguna dibandingkan ego pribadi. Oleh karena itu, memperkaya diri dengan referensi dan literasi yang relevan akan sangat berguna dan membantu dalam menyelesaikan penelitian dan proyek secara efektif.



REPORT #21954445

Results

Sources that matched your submitted document.

● IDENTICAL ● CHANGED TEXT

INTERNET SOURCE		
1.	0.64% dibimbing.id	● ●
	https://dibimbing.id/blog/detail/yuk-belajar-memanfaatkan-psikologi-warna-da..	
INTERNET SOURCE		
2.	0.33% www.liputan6.com	●
	https://www.liputan6.com/hot/read/5011746/gambar-ilustrasi-adalah-gambar-y..	
INTERNET SOURCE		
3.	0.31% e-journal.hamzanwadi.ac.id	●
	https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/edumatic/article/view/17478	
INTERNET SOURCE		
4.	0.23% jurnal.unpad.ac.id	●
	https://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/13535	
INTERNET SOURCE		
5.	0.2% repository.uinsu.ac.id	●
	http://repository.uinsu.ac.id/13102/1/0704162010%20Nurul%20Miftahul%20Jan..	
INTERNET SOURCE		
6.	0.19% dspace.uui.ac.id	●
	https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/13566/05.%201%20bab%2..	
INTERNET SOURCE		
7.	0.16% www.gamelab.id	●
	https://www.gamelab.id/news/1318-mengenal-jenis-jenis-ilustrasi-dalam-dunia...	
INTERNET SOURCE		
8.	0.16% mirekel.id	●
	https://mirekel.id/gen-z-dan-milenial-tak-lagi-minati-investasi-esg/	
INTERNET SOURCE		
9.	0.14% repository.iainbengkulu.ac.id	●
	http://repository.iainbengkulu.ac.id/2792/1/SKRIPSI%20SENDANG.pdf	



REPORT #21954445

INTERNET SOURCE		
10. 0.13%	repository.upi.edu http://repository.upi.edu/71713/2/S_PLS_1704321_Chapter1.pdf	●
INTERNET SOURCE		
11. 0.12%	pdfs.semanticscholar.org https://pdfs.semanticscholar.org/eee8/18beea43d4c852696e057de91cd9a04079...	●
INTERNET SOURCE		
12. 0.12%	medium.com https://medium.com/@vian_puameno/dasar-teori-warna-bagian-3-psikologi-wa..	●
INTERNET SOURCE		
13. 0.11%	dibimbing.id https://dibimbing.id/en/blog/detail/tipografi-definisi-peran-elemen-dan-jenisnya	●
INTERNET SOURCE		
14. 0.11%	repository.polinela.ac.id https://repository.polinela.ac.id/4453/1/Bab1_2_Santa%20Friska%20Manurung...	●
INTERNET SOURCE		
15. 0.11%	www.pascasarjana.warmadewa.ac.id https://www.pascasarjana.warmadewa.ac.id/assets/download/Pedoman%20Pe...	●
INTERNET SOURCE		
16. 0.08%	gitkreatif.com https://gitkreatif.com/blog/mengapa-warna-penting-dalam-dunia-desain-grafis/	●
INTERNET SOURCE		
17. 0.07%	etheses.iainkediri.ac.id https://etheses.iainkediri.ac.id/9171/4/932400119_bab3.pdf	●
INTERNET SOURCE		
18. 0.05%	ejournal2.undiksha.ac.id https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk/article/view/1124	●
INTERNET SOURCE		
19. 0.05%	jurnal.ugm.ac.id https://jurnal.ugm.ac.id/gamajpp/article/download/48585/25146	●
INTERNET SOURCE		
20. 0.05%	eskripsi.usm.ac.id https://eskripsi.usm.ac.id/files/skripsi/F11A/2019/F.131.19.0283/F.131.19.0283-0...	●



REPORT #21954445

● QUOTES

INTERNET SOURCE

1. **0.18%** repository.unika.ac.id

<http://repository.unika.ac.id/19420/4/14.E1.0229%20FRICILIA%20YESICA%20SIM..>

INTERNET SOURCE

2. **0.16%** lppm.umus.ac.id

<https://lppm.umus.ac.id/topik-penelitian-yang-sedang-tren-2023-apa-yang-haru..>

INTERNET SOURCE

3. **0.15%** eraspace.com

<https://eraspace.com/artikel/post/5-aplikasi-untuk-pecinta-tanaman-rawat-den...>

INTERNET SOURCE

4. **0.04%** www.rspondokindah.co.id

<https://www.rspondokindah.co.id/id/news/anda-mengalami-panic-attack--kena..>

INTERNET SOURCE

5. **0.04%** www.realtor.com

<https://www.realtor.com/international/id/jalan-cendrawasih-roya-sawah-lama-k..>

INTERNET SOURCE

6. **0.04%** repository.uki.ac.id

<http://repository.uki.ac.id/7874/1/KeperawatanKeluarga.pdf>