

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini akan dibahas mengenai dua subbab yaitu kesimpulan dan saran berdasarkan pengumpulan data, pengolahan data dan analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian. Pada subbab kesimpulan akan dibahas mengenai kesimpulan yang didapatkan setelah melakukan pengumpulan data, pengolahan data dan analisis data terhadap penelitian yang telah dilakukan. Selanjutnya, pada subbab saran akan membahas mengenai saran yang diberikan oleh pengamat agar penelitian ini dapat lebih baik kedepannya.

#### **V.1 Kesimpulan**

Pada subbab ini akan dibahas mengenai kesimpulan yang telah didapatkan berdasarkan pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan. Dalam kesimpulan yang akan disampaikan akan menjawab tujuan penelitian yang dilakukan. Berikut merupakan kesimpulan yang didapatkan berdasarkan pengamatan, pengolahan data dan analisis data yang telah dilakukan.

1. Perancangan aplikasi dilakukan berdasarkan 10 kebutuhan yang didapatkan melalui wawancara dan pemilihan konsep dengan *design workshop*. Terdapat 3 konsep yang dihasilkan dari *workshop* Konsep pertama terpilih dikarenakan mampu mengakomodasi spesifikasi aplikasi seperti aplikasi yang memberikan mampu memberikan kemudahan dan kenyamanan seperti menu navigasi aplikasi yang familiar, tampilan yang menarik, kelengkapan fitur-fitur utama seperti meditasi, konseling, *journaling*, artikel, informasi kontak darurat yang memudahkan *user*.
2. Hasil evaluasi aplikasi menggunakan *usability testing* berdasarkan tiga aspek yaitu *effectiveness*, *efficiency*, dan *persepsi subjektif*. Pada aspek *effectiveness* diperoleh nilai sebesar 85,2%, aspek *efficiency* sebesar 85% dan persepsi subjektif menggunakan skor SUS sebesar 65,83. Selain itu terdapat sejumlah perbaikan yang dilakukan berdasarkan hasil evaluasi. Hasil perbaikan tersebut seperti memperbesar ukuran *rating* konselor, keterangan dibawah judul artikel, keterangan di bawah

komunitas. Selain itu perbaikan juga dilakukan untuk menambah satuan waktu konseling dan meditasi serta memberikan pilihan untuk memilih suara latar.

## V.2 Saran

Pada subbab ini akan dibahas mengenai saran yang akan diberikan setelah melakukan penelitian untuk merancang *high-fidelity prototype*. Tujuan pemberian saran agar kedepannya penelitian dapat berjalan dengan lebih baik. Berikut merupakan beberapa saran yang akan diberikan.

1. Melakukan evaluasi secara longitudinal untuk meneliti perubahan perilaku pengguna karena aplikasi dapat digunakan dalam jangka waktu yang lama.
2. Melibatkan tipe evaluasi yang lain seperti evaluasi *heuristic*
3. Melakukan pengujian kompatibilitas terhadap berbagai perangkat

## DAFTAR PUSTAKA

- Alqahtani, F., & Orji, R. (2020). Insights from user reviews to improve mental health apps. *Health Informatics Journal*, 26(3), 2042-2066. doi:<https://doi.org/10.1177/1460458219896492>
- APA Dictionary of Psychology. (2023). *Mental Health*. Diunduh dari <https://dictionary.apa.org/mental-health>
- APA Dictionary of Psychology. (2023). *Stigma*. Diunduh dari <https://dictionary.apa.org/stigma>
- Arean, P. A., Hallgren, K. A., Jordan, J. T., Gazzaley, A., Atkins, D. C., Heagerty, P. J., & Anguera, J. A. (2016). The Use and Effectiveness of Mobile Apps for Depression: Results From a Fully Remote Clinical Trial. *Journal of medical Internet research*, 18(12). doi:<https://doi.org/10.2196/jmir.6482>
- Aryana, B., Brewster, L., & Nocera, J. A. (2018). Design for mobile mental health: an exploratory review. *Health and Technology*, 9, 401-424. Diunduh dari <http://repository.uwl.ac.uk/id/eprint/5565/7/Design%20for%20Mobile%20Mental%20Health%20-%20An%20Exploratory%20Review.pdf>
- Ayuningtyas, V. (2023). *Urgensi Kebijakan Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19 di Indonesia*. Diunduh dari <https://babeslido.bnn.go.id/urgensi-kebijakan-kesehatan-mental-selama-pandemi-covid-19-indonesia/>  
<https://babeslido.bnn.go.id/urgensi-kebijakan-kesehatan-mental-selama-pandemi-covid-19-indonesia/>
- Bailey, B. (2006). *Consider as Many Design Alternatives as Possible: The Value of Parallel Design*. Diunduh dari <https://www.usability.gov/get-involved/blog/2006/02/parallel-design.html>
- Birrell, L., Furneaux-Bate, A., Debenham, J., Spallek, S., Newton, N., & Chapman, C. (2022). Development of a Peer Support Mobile App and Web-Based Lesson for Adolescent Mental Health (Mind Your Mate): User-Centered Design Approach. *JMIR Formative Research*, 6(5), 1-16. doi:<https://doi.org/10.2196/36068>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *About Mental Health*. Diunduh dari <https://www.cdc.gov/mentalhealth/learn/index.htm#:~:text=Mental%20he>

alth%20includes%20our%20emotional,others%2C%20and%20make%20healthy%20choices.&text=Mental%20health%20is%20important%20at,childhood%20and%20adolescence%20through%20adulthood.

- Chan, V., Moore, J., Derenne, J., & Fuchs, C. (2019). Transitional Age Youth and College Mental Health. *Child Adolesc Psychiatric Clinics*, 28(3), 363-375. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chc.2019.02.008>
- Chandrashekar, P. (2018). Do mental health mobile apps work: evidence and recommendations for designing high-efficacy mental health mobile apps. *Mhealth*, 4(6), 1-4 .doi:<https://doi.org/10.21037/mhealth.2018.03.02>
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). Understanding the impact of stigma on people with mental illness. *World Psychiatry*, 1(1), 16-20. Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1489832/>
- Data.ai. (2022). *Macro Mobile Trends*. Diunduh dari <https://www.data.ai/en/go/state-of-mobile-2023/>
- Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. (2018, June). *Pengertian Kesehatan Mental*. Diunduh dari <https://promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental#:~:text=Depresi%20merupakan%20gangguan%20suasana%20hati,%2Dminggu%20atau%20berbulan%2Dbulan.> Diakses pada 25 Februari 2023
- Dorwart, L. (2023). *Best Mental Health Apps*. Diunduh dari <https://www.verywellmind.com/best-mental-health-apps-4692902#:~:text=Mental%20health%20apps%20are%20mobile,anxiety%2C%20or%20improve%20sleep%20quality.> Diakses pada 5 Maret 2023
- Dumas, J. S., & Redish, j. C. (1999). *A Practical Guide to Usability Testing*. Exeter, UK: Intellect Books.
- EGSA UGM. (2020). *Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja*. Diunduh dari <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Eichel, H. (2023). *How Many Paid Users Does Figma Have?* Diunduh dari <https://8designers.com/blog/how-many-paid-users-does-figma-have#:~:text=Figma%20doesn't%20make%20the,the%20platform's%20capabilities%20and%20potential.>

- Faradiba, N. (2022). *Pengaruh Covid-19 terhadap Kesehatan Mental dan Perubahan Perilaku*. Diunduh dari <https://www.kompas.com/sains/read/2022/03/07/110000923/pengaruh-covid-19-terhadap-kesehatan-mental-dan-perubahan-perilaku>. Diakses pada 1 Maret 2023
- Figma. (n.d.). Diunduh dari <https://www.figma.com/about/>
- Figma. (2023). *Community*. Diunduh dari <https://www.figma.com/community/tag/icons>
- Gega, L., Jankovic, D., Saramago, P., Marshall, D., Dawson, S., Brabyn, S., . . . Bojke, L. (2022). Digital interventions in mental health: evidence syntheses and economic modelling. *Health technology assessment*, 26(1), 1-182. doi:10.3310/RCTI6942
- Girma, E., Tesfaye, M., Froeschl, G., Moller-Leimkuhler, A. M., Muller, N., & Dehning, S. (2013). Public Stigma against People with Mental Illness in the Gilgel Gibe Field Research Center (GGFRC) in Southwest Ethiopia. *PLOS ONE*, 8(12). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0082116>
- Hanum, Z. (2021). *Kemenkominfo: 89% Penduduk Indonesia Gunakan Smartphone*. Diunduh dari <https://mediaindonesia.com/humaniora/389057/kemenkominfo-89-penduduk-indonesia-gunakan-smartphone>
- Health Direct. (2020). *Mental illness*. Diunduh dari <https://www.healthdirect.gov.au/mental-illness#:~:text=Nearly%20300%20mental%20disorders%20are,Statistica%20Manual%20of%20Mental%20Disorders>. Diakses pada 5 Maret 2023
- IBM. (2021, December). *Defining the mobile application requirements*. Diunduh dari <https://www.ibm.com/docs/en/spm/7.0.9?topic=requirements-defining-mobile-application>
- ISO 9241-11. (2018). *Ergonomics of human-system interaction — Part 11: Usability: Definitions and concepts*. Diunduh dari <https://www.iso.org/obp/ui/#iso:std:iso:9241:-11:ed-2:v1:en>
- JDIH BPK RI. (2014). *Kesehatan Jiwa*. Diunduh dari <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/38646/uu-no-18-tahun-2014>
- Kajitani, K., Higashijima, I., Kaneko, K., Matsushita, T., & Fukumori, H. (2020). Short-term effect of a smartphone application on the mental health of

- university students: A pilot study using a user-centered design self-monitoring application for mental health. *PLoS One*, 15(9), 1-18  
doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239592>
- Kaligis, F. (2021). *Riset: usia 16-24 tahun adalah periode kritis untuk kesehatan mental remaja dan anak muda Indonesia*. Diunduh dari <https://theconversation.com/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-untuk-kesehatan-mental-remaja-dan-anak-muda-indonesia-169658>
- Kamilah, R. R., & Saputri, F. A. (2021). Review Artikel : Efektivitas Aplikasi Untuk Kesehatan Mental. *Farmaka*, 19(1).  
doi:<https://doi.org/10.24198/farmaka.v19i1.27954.g16017>
- Kujala, S., & Kauppinen, M. (2004). Identifying and selecting users for user-centered design. *Proceedings of the Third Nordic Conference on Human-Computer Interaction 2004*, (pp. 23-27). Tampere, Finland.  
doi:10.1145/1028014.1028060
- Lewis, R. J., & Sauro, J. (2018). Item Benchmarks for the System. *Journal of User Experience*, 13(3), 158-167. Diunduh dari <https://uxpajournal.org/item-benchmarks-system-usability-scale-sus/>
- Mahlous, A. R., & Okkali, B. (2022). A Digital Mental Health Intervention for Children and Parents Using a User-Centred Design. *Advances in Human - Computer Interaction*. doi:<https://doi.org/10.1155/2022/4322177>
- Mohr, D. C., Schueller, S. M., Tomasino, K. N., Kaiser, S. M., N. A., Karr, C., . . . Lattie, E. G. (2019). Comparison of the Effects of Coaching and Receipt of App Recommendations on Depression, Anxiety, and Engagement in the IntelliCare Platform: Factorial Randomized Controlled Trial. *Journal of medical Internet research*, 21(8). doi:<https://doi.org/10.2196/13609>
- Molina-Recio, G., Molina-Luque, R., Jiménez-García, A. M., Ventura-Puertos, P. E., Hernández-Reyes, A., & Romero-Saldaña, M. (2020). Proposal for the User-Centered Design Approach for Health Apps Based on Successful Experiences: Integrative Review. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(4). doi:<https://doi.org/10.2196/14376>
- Moran, K. (2019). Diunduh dari <https://www.nngroup.com/articles/usability-testing-101/>

- Mustafa, A. S., Ali, N., Dhillon, J. S., Alkawsy, G., & Mohamed, Y. (2022). User Engagement and Abandonment of mHealth: A Cross-Sectional Survey. *Healthcare, 10*(2). doi:10.3390/healthcare10020221
- National Institute of Mental Health. (2021). *Technology and the Future of Mental Health Treatment*. Diunduh dari <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/technology-and-the-future-of-mental-health-treatment>
- National Research Council and Institute of Medicine . (2009). *Preventing Mental, Emotional, and Behavioral Disorders Among Young People : Progress and Possibilities*. (M. E. O'Connell, T. Boat, & K. E. Warner, Eds.) Washington DC: National Academies Press. Diunduh dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK32775/>
- National Standard of Institute and Technology . (2021). Diunduh dari <https://www.nist.gov/itl/iad/visualization-and-usability-group/human-factors-human-centered-design#:~:text=ISO%209241%2D110%20Principles%20of%20the%20Human%2DCentered%20Approach&text=The%20design%20is%20based%20upon,The%20process%20is%20iterative>.
- Neary, M. (2022). *Can an app help my mental health problems?* Diunduh dari [https://screening.mhanational.org/content/can-app-help-my-mental-health-problems/?layout=actions\\_neutral](https://screening.mhanational.org/content/can-app-help-my-mental-health-problems/?layout=actions_neutral)
- Nielsen, J. (2000). *Why You Only Need to Test with 5 Users*. Diunduh dari <https://www.nngroup.com/articles/why-you-only-need-to-test-with-5-users/>
- Nielsen, J. (2011). *Parallel & Iterative Design + Competitive Testing = High Usability*. Diunduh dari <https://www.nngroup.com/articles/parallel-and-iterative-design/>
- Nielsen, J. (2012). *Usability 101: Introduction to Usability*. Diunduh dari <https://www.nngroup.com/articles/usability-101-introduction-to-usability/>
- Novrizaldi. (2021). *Pemerintah Segera Bangun Rumah Sakit Jiwa di 7 Provinsi*. Diunduh dari <https://www.kemenkopmk.go.id/pemerintah-segera-bangun-rumah-sakit-jiwa-di-7-provinsi>

- Nurhakim, F. (2022). *PDSKJI: Selama 2022, Ada 82,5% Masyarakat Punya Masalah Psikologi*. Diunduh dari <https://tirto.id/pdskji-selama-2022-ada-825-masyarakat-punya-masalah-psikologi-gvVL>
- Orlowski, S., Matthews, B., Bidargaddi, N., Jones, G., Lawn, S., Venning, A., & Collin, P. (2016). Mental Health Technologies: Designing With Consumers. *JMIR human factors*, 3(1), e4. doi:<https://doi.org/10.2196/humanfactors.4336>
- Pahlevi, R. (2022). *Penetrasi Internet di Kalangan Remaja Tertinggi di Indonesia*. Diunduh dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/penetrasi-internet-di-kalangan-remaja-tertinggi-di-indonesia>
- Purgato, M., Uphof, E., Singh, R., Pachya, A. T., Abdulmalik, J., & Van Ginneken, N. (2020). Promotion, prevention and treatment interventions for mental health in low-and middle-income countries through a task-shifting approach. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 29. doi:[10.1017/S204579602000061X](https://doi.org/10.1017/S204579602000061X)
- Rokom. (2021). *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*. Diunduh dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Rokom. (2022). *Kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fasyankes*. Diunduh dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemenkes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>
- Rubin, J., & Chisnell, D. (2008). *Handbook of Usability Testing : How to Plan, Design, and Conduct Effective Tests* (2nd ed.). Indianapolis, USA: Wiley Publishing, Inc.
- Saeno. (2021). *Kabar24*. Diunduh dari <https://kabar24.bisnis.com/read/20210630/15/1411746/potret-kedaruratan-rumah-sakit-dan-nasib-pasien-non-covid-di-tengah-pandemi>. Diakses pada 27 Februari 2023
- Satria. (2022). *Stigma Buruk Gangguan Kesehatan Mental Hambat Pemulihan Pasien*. Diunduh dari <https://www.ugm.ac.id/id/berita/22185-stigma->



buruk-gangguan-kesehatan-mental-hambat-pemulihan-pasien. Diakses pada 27 Februari 2023

- Sauro, J. (2011). *Measuring Usability with the System Usability Scale (SUS)*. Diunduh dari <https://measuringu.com/sus/>
- Sauro, J. (2018). *5 Ways to Interpret a SUS Score*. Diunduh dari <https://measuringu.com/interpret-sus-score/>
- Sharp, H., Rogers, Y., & Preece, J. (2019). *Interaction Design : beyond human-computer interaction* (5 ed.). Indianapolis: John Wiley & Sons, Inc.
- Slattery, T. (2020). *Free Font Friday: Inter*. Diunduh dari <https://www.sessions.edu/notes-on-design/free-font-friday-inter/#>
- Still, B., & Crane, K. (2017). *Fundamentals of User-Centered Design: A Practical Approach*. Boca Raton: CRC Press.
- Sutalaksana, I. Z., Anggawisastro, R., & Tjakraatmadja, J. H. (2006). *Tekoik Perancangan Sistem Kerja*. Penerbit ITB Bandung.
- Torous, J., Nicholas, J., Larsen, M. E., Firth, J., & Christensen, H. (2018). Clinical review of user engagement with mental health smartphone apps: evidence, theory and improvements. *Evidence-based mental health*, 21(3), 116–119. doi:10.1136/eb-2018-102891
- Vial, S., Boudhraâ, S., & Dumont, M. (2022). Human-Centered Design Approaches in Digital Mental Health Interventions: Exploratory Mapping Review. *JMIR mental health*, 9(6). doi:10.2196/35591
- World Health Organization. (2022). *COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide*. Diunduh dari <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- World Health Organization. (2022). *Mental Disorders*. Diunduh dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- World Health Organization. (2022). *Mental health*. Diunduh dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yang, J., & Shen, X. (2022). The Application of Color Psychology in Community Health Environment Design. *Journal of environmental and public health*. doi:10.1155/2022/7259595

Zia, N. G. (2022). *Strategi Pengembangan Produk Inovatif dengan Metode Scamper*. Diunduh dari <https://www.ekipa.co.id/strategi-pengembangan-produk-inovatif-dengan-metode-scamper/#:~:text=Metode%20SCAMPER%20adalah%20salah%20satu,dan%20penulis%20bernama%20Bob%20Eberle>. Diakses pada 28 Juni 2023