

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan suatu keadaan kejiwaan atau keadaan psikologis yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian diri atau pemecahan masalah terhadap masalah-masalah yang ada dalam diri sendiri (internal) dan masalah-masalah yang ada di lingkungan luar dirinya (eksternal). Kesehatan mental mengacu pada cara berfikir, berperasaan dan bertindak individu yang efisien dan efektif dalam menghadapi tantangan hidup dan stres hidup.

Menurut WHO (*World Health Organization*) kesehatan mental adalah kondisi diri kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan di komunitasnya.

Kesehatan mental yang baik dalam diri seseorang menunjukkan pada bekerjanya fungsi-fungsi mental dalam diri seseorang secara optimum, bekerjanya fungsi-fungsi mental dalam diri seseorang secara optimum pada kesempatan berikutnya akan menyebabkan orang tersebut[1] :

1. Mampu melakukan aktivitas-aktivitas yang produktif dalam wilayah hidupnya.
2. Mampu untuk melakukan hubungan interpersonal yang efektif dan efisien dengan orang lain.
3. Mampu untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan perubahan hidup yang dialami, baik perubahan hidup berskala kecil, menengah maupun tinggi.
4. Mampu mensiasati kegagalan-kegagalan hidup yang dialami untuk bangkit beraktivitas kembali.

Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwasanya kesehatan mental adalah kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri, beradaptasi dan

mengontrol stres dan emosi di dalam kehidupan agar tetap bisa bekerja secara produktif dan menghasilkan di dalam lingkungan sosialnya.

B. Aplikasi *Mobile*

Aplikasi *mobile* berasal dari kata *Application* dan *mobile*. *Application* yang artinya penerapan, lamaran, penggunaan. Secara istilah aplikasi adalah program siap pakai yang direka untuk melaksanakan suatu fungsi bagi pengguna atau aplikasi yang lain dan dapat digunakan oleh sasaran yang dituju sedangkan *mobile* dapat di artikan sebagai perpindahan dari suatu tempat ke tempat yang lain. Kata *mobile* mempunyai arti bergerak atau berpindah, sehingga aplikasi *mobile* menurut Purnama (2010) adalah sebutan untuk aplikasi yang berjalan di *mobile device*. Dengan menggunakan aplikasi *mobile*, dapat dengan mudah melakukan berbagai macam aktifitas mulai dari hiburan, berjualan, belajar, mengerjakan pekerjaan kantor, *browsing* dan lain sebagainya.

Pemanfaatan aplikasi *mobile* untuk hiburan paling banyak digemari oleh pengguna telepon seluler, karena dengan memanfaatkan adanya fitur *game*, *music player*, sampai *video player* membuat kita mejadi semakin mudah menikmati hiburan kapan saja dan dimanapun. Perangkat *mobile* memiliki banyak jenis dalam hal ukuran, desain *layout*, tetapi mereka memiliki kesamaan karakteristik yang sangat berbeda dari *desktop system*. Perangkat *mobile* memiliki *memory* yang kecil[2].

C. User Interface (UI)

Tampilan antar muka aplikasi yang menjembatani sistem dengan pengguna merupakan pengertian *user interface* (UI) berasal dari Bahasa Indonesia. Istilah UI merupakan tampilan antar muka awal dari aplikasi yang pertama kali diakses langsung ketika pengguna akan menyelesaikan kegiatan pada suatu sistem. Karena hal tersebut, tampilan UI yang baik dapat memberikan kemudahan bagi pengguna dalam mengakses sistem. Pernyataan diatas dapat diartikan bahwa setiap perancang sistem wajib untuk membuat tampilan antar muka pada suatu aplikasi dengan sebaik mungkin untuk memberikan kemudahan bagi pengguna sistem atau bisa disebut juga dengan *user friendly* yaitu ramah untuk digunakan. Arti yang dapat

diambil dari istilah *user friendly* yaitu karakteristik dari perangkat lunak yang mudah untuk dioperasikan[3].

D. User Experience (UX)

User Experience (UX) adalah suatu pengalaman pengguna tentang partisipasinya dalam penggunaan produk dan layanan pada suatu sistem. UX juga merupakan deskripsi tentang bagaimana seseorang berpikir tentang sesuatu.

Keberhasilan UX seperti kesuksesan sebuah aplikasi karena UX diterima dengan baik, kebutuhan pengguna dan produk yang digunakan mencapai standar yang sesuai. Ini sekali lagi menentukan apakah produk tersebut dapat dianggap baik atau tidak. Hal lain yang perlu diingat ketika mencari UX yang tepat adalah kepuasan pengguna saat mencari produk dan menggunakan situs untuk pertama kali. Terakhir, alasan lain terkait dengan kemampuan aplikasi yang digunakan pengguna untuk memecahkan suatu masalah atau *issue*[4].

E. Figma

Figma merupakan platform *prototyping online* dan kolaboratif. Figma seperti *tools online* yang terlihat seperti gabungan antara *sketch* dan *photoshop*. Figma bekerja secara *real time* sehingga menarik dan nyaman untuk digunakan para *designer* karena dapat bekerja bersama dalam satu waktu hanya melalui interaksi menggunakan figma tanpa bertemu langsung. *Programmer* juga dapat memberikan kode pada proyek figma yang sedang dikerjakan[5].

Berikut kelebihan dalam menggunakan figma, yaitu :

1. Figma dapat digunakan gratis dan juga dapat berbayar sebesar \$12 per bulan per *editor* apabila digunakan bersama tim.
2. File dalam figma dapat dibuka langsung pada *website* nya tanpa melakukan instalasi. Pemilik *link* proyek figma dapat meninjau dan menulis komentar dengan gratis.
3. Saat melakukan *editing* serta memeriksa *file*, kecepatan dan performa figma lebih cepat sehingga mudah untuk digunakan.
4. Figma dapat dijalankan diseluruh sistem operasi maupun *browser*.

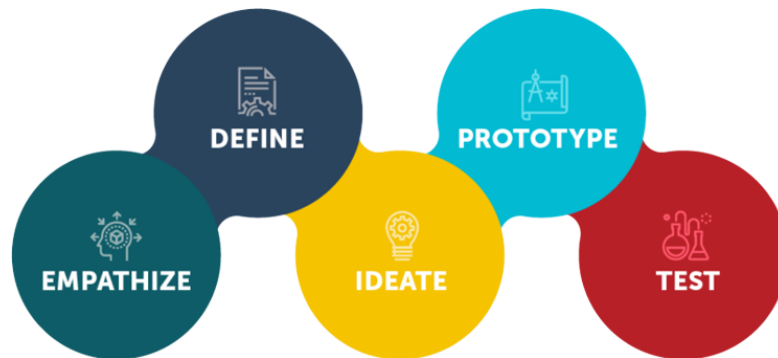
5. Proses pembaruan *file* serta bekerja bersama tim dapat dilakukan secara *real-time*.

F. Prototype

Prototype merupakan suatu metode dalam pengembangan sistem yang menggunakan pendekatan untuk membuat sesuatu program dengan cepat dan bertahap sehingga segera dapat dievaluasi oleh pemakai. *Prototype* mewakili model produk yang akan dibangun atau mensimulasikan struktur, fungsional, dan operasi sistem[6].

G. Design Thinking

Design thinking adalah metode yang digunakan untuk menemukan solusi dari masalah selama proses berlangsung. Bekerja dengan pengguna untuk menciptakan layanan inovatif yang memenuhi kebutuhan mereka. *Design Thinking* memiliki 5 langkah yaitu *Empathize*, *Define*, *Ideate*, *Prototype* dan *Testing* terdapat pada Gambar 2.2[7].



Gambar 2. 1 *Design Thinking*

Penjelasan dari 5 langkah *design thinking* adalah sebagai berikut[8]:

1. *Empathize*, proses pada *Design Thinking* guna melakukan penelitian untuk mengetahui apa yang dilakukan, dikatakan, dipikirkan, dan dirasakan oleh pengguna.
2. *Define*, proses menentukan permasalahan pengguna dengan memanfaatkan hasil penelitian dan observasi pada tahap *empathize*.

3. *Ideate*, proses *brainstorming* ide untuk menangani kebutuhan pengguna yang belum terpenuhi berdasarkan hasil identifikasi pada tahap *define*.
4. *Prototype*, proses yang bertujuan untuk memahami komponen mana yang berhasil, dan mana yang tidak. Dalam tahap ini, mulai melakukan pertimbangan dampak dan kelayakan ide melalui umpan balik pada *prototype*.
5. *Test*, tahap ini dilakukan dengan melakukan pengujian *prototype* dengan pengguna nyata untuk mendapatkan umpan balik dan memverifikasi apakah tujuan perancangan telah tercapai.