

Perancangan Website FRIENTIES Sebagai Media Sosialisasi untuk Mendukung Kesehatan Mental Pada Remaja

Yosua Wibisono Gozali¹, Angger Dhisma Kusuma², Helen Febriyanto³, Jazzy⁴, Kevin Tanwiputra⁵, Rahmi Yulia Ningsih⁶, Chairani Putri Pratiwi⁷

^{1,2,3,4,5} Teknik Informatika, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Bina Nusantara

⁶ Digital Language Learning Center, Fakultas Humaniora, Universitas Bina Nusantara

⁷ Binus Entrepreneurship Center, Management Department, BINUS Business School, Universitas Bina Nusantara

Email: ¹yosua.gozali@binus.ac.id, ²angger.kusuma@binus.ac.id, ³helen.febriyanto@binus.ac.id, ⁴jazzy@binus.ac.id,

⁵kevin.tanwiputra@binus.ac.id, ⁶rahmi.ningsih@binus.edu, ⁷chairani.putri@binus.ac.id

Abstrak - Isu kesehatan mental remaja semakin menjadi perhatian, terutama dengan meningkatnya penggunaan media sosial. Studi ini bertujuan mengidentifikasi kebutuhan remaja untuk mengembangkan prototipe website FRIENTIES yang mendukung kesehatan mental mereka. Survei terhadap 64 remaja dilakukan untuk mengevaluasi kesehatan mental, tampilan visual, dan pengalaman pengguna FRIENTIES. Hasil menunjukkan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh hubungan sosial. Media sosial dinilai mendukung kehidupan sosial jika digunakan dengan baik. Fitur utama FRIENTIES meliputi *community, events, chat, education, dan blog*. Mayoritas responden puas dengan desain visual dan pengalaman pengguna. Studi ini berkontribusi pada pengembangan platform digital berbasis komunitas yang membantu remaja meningkatkan kesehatan mental melalui interaksi sosial positif.

Kata Kunci - Website FRIENTIES, Kesehatan Mental Remaja, Media Sosial.

Abstract - *The mental health of adolescents is an increasing concern, especially with the rise of social media usage. This study aims to identify adolescents' needs in developing the FRIENTIES website prototype to support their mental health. Surveys involving 64 adolescents evaluated mental health, visual design, and user experience of FRIENTIES. Results show that adolescents' mental health is influenced by their social relationships. Social media is deemed beneficial for social life when used appropriately. Key features of FRIENTIES include community, events, chat, education, and blogs. Most respondents expressed satisfaction with the website's visual design and user experience. This study contributes to the development of a community-based digital platform that supports adolescent mental health through positive social interactions.*

Keywords – FRIENTIES Website, Adolescent Mental Health, Social Media.

I. PENDAHULUAN

Kesehatan mental mencerminkan kondisi pikiran seseorang yang dapat terlihat melalui perilaku dan sikap yang ditunjukkannya. Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan mental adalah kondisi yang mencerminkan keseimbangan fisik, sosial, dan mental, sering disebut sebagai pendekatan biopsikososial. Kondisi ini juga melibatkan kemampuan kognitif individu untuk berfungsi dengan baik, seperti menjaga kesejahteraan psikologis, memiliki efikasi diri, otonomi, kemampuan mengatasi stres, produktivitas, aktualisasi diri, dan memberikan manfaat bagi orang lain [1]. Gangguan kesehatan mental sering kali disebabkan oleh ketidakseimbangan zat kimia di otak [2]. Berdasarkan prediksi *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2011, depresi diperkirakan akan menjadi salah satu beban kesehatan global utama pada tahun 2030 [3]. Oleh karena itu, deteksi dini terhadap gangguan kesehatan mental menjadi hal yang sangat penting.

Dalam kesibukan sehari-hari kesehatan mental jarang mendapat perhatian. Masih banyak individu yang kesulitan untuk mendapatkan dukungan sosial yang mereka butuhkan. Kesehatan mental dan interaksi sosial memiliki hubungan yang sangat erat, dimana interaksi sosial yang positif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Interaksi sosial adalah bentuk komunikasi yang melibatkan lebih dari satu individu, di mana hubungan yang terjalin antara satu orang dengan orang lain saling memengaruhi. Proses ini menciptakan hubungan timbal balik yang dinamis antara individu-individu yang terlibat [4]. Teori interaksi sosial menegaskan bahwa manusia sebagai makhluk sosial memerlukan hubungan dengan orang lain untuk mencapai kesehatan mental yang optimal. Interaksi sosial yang baik dapat mengurangi stres, meningkatkan rasa keterhubungan, dan mendukung perkembangan psikologis yang sehat. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam interaksi sosial yang positif cenderung memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah, serta lebih mampu mengatasi tantangan hidup [5].

Perkembangan teknologi membawa dampak signifikan pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kondisi psikologis individu. Keadaan psikologis seseorang dapat dipengaruhi

oleh lingkungan di sekitarnya, seperti keluarga, pendidikan, dan masyarakat [6]. Pada era teknologi yang canggih ini, masyarakat bisa bersosialisasi secara tidak langsung dengan bantuan media sosial. Dengan adanya media sosial masyarakat sudah bisa membentuk komunitas berskala luas, tidak hanya terpaku pada lingkungan tempat tinggal mereka saja [7]. Berdasarkan hasil survei *Indonesia-national Adolescent Mental Health Survei (I-NAMHS)* tahun 2022, 1 dari 3 remaja di Indonesia atau 15,5 juta remaja mengalami masalah kesehatan [8].

Remaja adalah periode perkembangan signifikan yang bermula saat pubertas hingga pertengahan usia 20 tahun. Hal ini ditunjukkan oleh perbedaan signifikan yang terjadi pada orang yang sama ketika usia mereka 12 tahun dan 24 tahun. Perubahan yang terjadi selama rentang usia tersebut melibatkan semua aspek yaitu biologis, kognitif, psikososial, dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dapat manikkan kepercayaan diri, mengurangi pikiran negatif, dan membuat remaja nyaman, dimana hal ini penting dalam kesehatan mental [9]. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah [10].

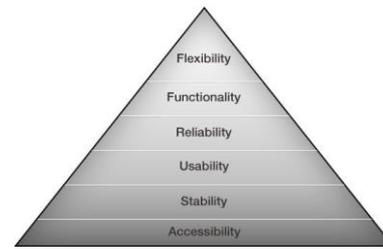
Kesehatan mental remaja telah menjadi isu yang membutuhkan perhatian serius dalam beberapa dekade terakhir [11]. Masa remaja merupakan periode perubahan yang kompleks, mencakup aspek fisik, emosional, dan sosial, yang sering kali dipengaruhi oleh tekanan dari lingkungan keluarga, sekolah, dan pergaulan [12]. Jika tekanan ini tidak dikelola dengan baik, dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku [13].

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat sejumlah faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan mental remaja, mencakup aspek biologis, psikologis, dan sosial [14]. Faktor biologis meliputi riwayat keluarga dengan gangguan mental, perubahan hormonal, serta kondisi medis tertentu [15]. Faktor psikologis mencakup kepribadian, pengalaman trauma, dan kurangnya strategi koping yang efektif [16]. Di sisi lain, faktor sosial, seperti tekanan akademis, konflik keluarga, perundungan, dan minimnya dukungan sosial, juga berperan signifikan dalam memengaruhi kesehatan mental remaja [17].

Dukungan teman sebaya merupakan elemen penting dalam intervensi kesehatan mental untuk remaja. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi dengan teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa dapat memberikan dukungan emosional yang signifikan [18]. Hal ini selaras dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang cukup dapat meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi rasa terisolasi [19].

Dalam menciptakan *website* yang efektif, terdapat empat elemen penting dalam teori desain web yang memiliki peran krusial, yaitu tata letak (*layout*), warna (*color*), tipografi (*typeface*), dan teks (*text*). Tata Letak mengacu pada pengaturan letak elemen pada halaman web. Warna memberikan perasaan emosional dan pesan. Pemilihan font mempengaruhi keterbacaan, konsistensi, dan daya tarik. Isi

teks harus informatif, relevan, dan terstruktur agar pesan bisa tersampaikan dengan baik [20].



Gambar 1. Hierarki Kebutuhan Pengguna *Website*

Desain *website* yang efektif harus mampu memenuhi kebutuhan pengguna, yang bervariasi tergantung pada proyek dan mengikuti tahapan tertentu. Craig [21] terinspirasi dari *hierarchy of needs* milik Maslow membuat model serupa untuk pengembangan web mencakup:

1. Aksesibilitas (*Accessibility*)
2. Stabilitas (*Stability*)
3. Kegunaan (*Usability*)
4. Keandalan (*Reliability*)
5. Fungsionalitas (*Functionality*)
6. Fleksibilitas (*Flexibility*)

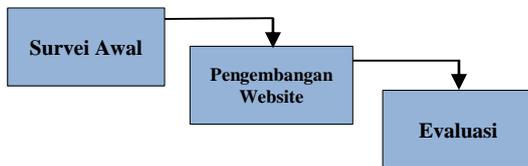
Penelitian tentang kesehatan mental remaja telah banyak dilakukan, termasuk pengembangan media edukasi interaktif dan media pengelolaan kesehatan mental. Misalnya, penelitian oleh Adam Fauzan Rachmadyanshah dan Yuyun Khairunisa [22] membahas pengembangan *website* edukasi interaktif yang berfokus pada gangguan mental umum seperti depresi, kecemasan, dan delusi. *Website* tersebut mengedepankan fitur meditasi dan desain responsif agar dapat diakses dengan mudah melalui berbagai perangkat. Sementara itu, penelitian oleh Mutiara Virani, Gumilar Ganjar, dan Idhar Resmadi [23] mempelajari pengaruh perceraian terhadap kesehatan mental remaja usia 18-21 tahun dan mengembangkan media edukasi untuk membantu mereka mengelola dampak emosional dan sosial dari perceraian.

Penelitian ini menawarkan kebaruan melalui pendekatan unik dengan mengembangkan *FRIENTIES* sebagai platform berbasis komunitas digital yang tidak hanya memberikan edukasi, tetapi juga memfasilitasi interaksi sosial positif melalui fitur-fitur seperti *community*, *events*, *group & private chat*, *education*, serta *blog & product review*. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, *FRIENTIES* menggabungkan elemen edukasi dan media sosial dalam satu platform untuk menciptakan ekosistem yang mendukung kesehatan mental remaja secara holistik. Platform ini dirancang berdasarkan hasil survei langsung terhadap remaja, sehingga fitur dan desainnya lebih sesuai dengan kebutuhan dan preferensi target pengguna. Inovasi ini diharapkan dapat memberikan dampak yang lebih signifikan dalam mendukung kesehatan mental remaja dibandingkan pendekatan sebelumnya.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development (R&D)* untuk merancang dan mengevaluasi *website* *FRIENTIES* sebagai platform pendukung kesehatan

mental remaja. Proses penelitian terdiri dari beberapa tahap, yaitu pengumpulan data awal melalui survei untuk mengidentifikasi kebutuhan pengguna, pengembangan prototipe fitur website, dan evaluasi desain menggunakan penilaian visual serta pengalaman pengguna. Tahapan alur penelitian ini dijelaskan secara rinci pada Gambar 2:



Gambar 2. Alur Penelitian

A. Kesehatan Mental

Fase pubertas merupakan salah satu periode paling krusial dalam perkembangan remaja, di mana mereka mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Periode ini sering kali diiringi dengan tantangan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, atau bahkan depresi, yang dapat berdampak signifikan pada kemampuan mereka untuk beradaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Informasi yang diperoleh diharapkan dapat digunakan untuk mengidentifikasi fitur-fitur utama yang relevan dalam mendukung kesehatan mental remaja melalui platform digital seperti *website* FRIENTIES.

Penelitian ini melibatkan 35 remaja yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Bogor. Responden terdiri dari 19 laki-laki dan 16 perempuan, yang dipilih untuk mencerminkan keragaman pengalaman dan perspektif. Mereka secara sukarela mengikuti survei yang dirancang untuk menggali pandangan mereka mengenai kesehatan mental dan dampaknya dalam kehidupan sehari-hari.

Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner yang dirancang secara spesifik untuk mengeksplorasi berbagai aspek kesehatan mental remaja. Kuesioner ini mencakup pertanyaan yang dirancang untuk menggali persepsi mereka tentang pentingnya kesehatan mental, dampaknya terhadap kehidupan sosial, serta potensi media sosial sebagai alat bantu dalam mengatasi tekanan mental. Alat pengumpulan data ini dirancang untuk memastikan bahwa responden merasa nyaman dan dapat menjawab pertanyaan dengan jujur, sehingga menghasilkan data yang valid dan reliabel.

Survei dilakukan secara langsung dengan menggunakan kuesioner yang telah disusun sebelumnya. Responden diberikan pertanyaan-pertanyaan seperti:

1. "Apakah kesehatan mental itu penting?" – untuk memahami tingkat kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental mereka.
2. "Apakah kesehatan mental memengaruhi kehidupan sosial Anda?" – untuk mengevaluasi bagaimana kondisi kesehatan mental berdampak pada kemampuan mereka dalam berinteraksi dan menjalin hubungan sosial.

3. "Apakah media sosial dapat membantu mengurangi gangguan kesehatan mental?" – untuk mengidentifikasi peran media sosial dalam membantu remaja mengatasi tekanan mental.

Jawaban dari pertanyaan-pertanyaan tersebut dianalisis secara kuantitatif untuk mengungkapkan pola umum dalam pandangan remaja. Hasilnya digunakan sebagai dasar untuk menyusun rekomendasi fitur-fitur *website* FRIENTIES, yang dirancang agar sesuai dengan kebutuhan spesifik remaja dalam mendukung kesehatan mental mereka. Proses pengumpulan data ini tidak hanya memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang pengalaman kesehatan mental remaja, tetapi juga menjadi langkah awal untuk menciptakan solusi yang berbasis kebutuhan mereka.

B. Desain Website

Evaluasi desain prototipe *website* FRIENTIES bertujuan untuk memastikan bahwa tampilan dan fungsi situs ini dapat menarik perhatian remaja serta memberikan pengalaman pengguna yang menyenangkan dan mudah digunakan. Dalam era digital saat ini, desain *website* yang menarik dan intuitif sangat penting untuk memastikan bahwa pengguna tetap tertarik dan berinteraksi dengan platform secara aktif.

Sebanyak 30 remaja yang sedang berkuliah di Bogor berpartisipasi dalam survei ini, terdiri dari 21 laki-laki dan 9 perempuan. Partisipan ini dipilih berdasarkan kriteria yang relevan dengan target pengguna FRIENTIES, yaitu remaja yang berada dalam rentang usia remaja dan dewasa muda, serta aktif menggunakan teknologi dan media sosial. Dengan melibatkan kelompok partisipan ini, diharapkan hasil evaluasi dapat mencerminkan kebutuhan dan preferensi mereka dalam hal desain *website* yang sesuai dengan gaya hidup dan kebiasaan digital mereka.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dirancang untuk mengevaluasi dua aspek utama dari prototipe *website* FRIENTIES, yaitu tampilan visual dan pengalaman pengguna. Alat ukur ini terdiri dari serangkaian pertanyaan yang dirancang untuk menggali persepsi remaja mengenai seberapa menarik, mudah dinavigasi, dan fungsionalnya desain website tersebut. Desain yang responsif, pilihan warna yang menyenangkan, serta keterbacaan informasi menjadi beberapa aspek yang dievaluasi dalam kuesioner ini.

Metode pengumpulan data dilakukan melalui survei yang mengajukan pertanyaan-pertanyaan terkait dengan desain prototipe *website* FRIENTIES. Survei ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana remaja menilai desain visual dan seberapa puas mereka dengan pengalaman mereka menggunakan website tersebut. Beberapa contoh pertanyaan dalam survei ini antara lain:

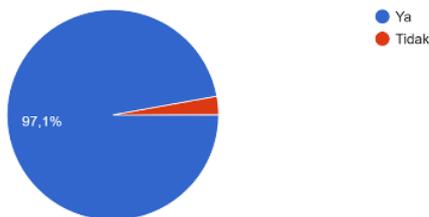
1. "Dari nilai 1-5, berapa nilai dari desain prototipe *website* FRIENTIES?" – pertanyaan ini bertujuan untuk menilai apakah desain website sudah memenuhi ekspektasi remaja dalam hal estetika dan daya tarik visual.
2. "Dari nilai 1-5, seberapa puas Anda dengan prototipe *website* FRIENTIES?" – pertanyaan ini dirancang untuk menggali tingkat kepuasan

keseluruhan pengguna terhadap kemudahan navigasi dan pengalaman mereka ketika menggunakan website, termasuk kelancaran akses, kecepatan respons, dan kesesuaian fitur dengan kebutuhan mereka.

Data yang diperoleh dari survei ini digunakan untuk mengevaluasi kekuatan dan kelemahan desain prototipe *website* FRIENTIES. Hasil evaluasi ini akan menjadi dasar untuk pengembangan lebih lanjut dalam menciptakan sebuah platform yang tidak hanya menarik bagi remaja, tetapi juga efektif dalam mendukung kesehatan mental mereka melalui fitur-fitur yang mudah diakses dan digunakan. Dengan mengidentifikasi elemen-elemen yang perlu diperbaiki, *website* FRIENTIES dapat lebih optimal dalam memenuhi harapan dan kebutuhan penggunaannya.

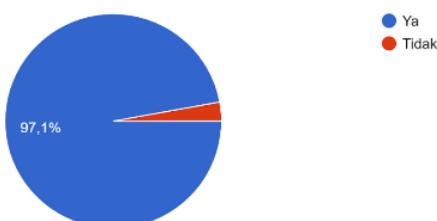
III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi kebutuhan pengembangan *website* FRIENTIES melalui survei yang dilakukan terhadap 35 responden remaja mengenai kesehatan mental. Berdasarkan hasil survei sebanyak 97,1% responden menyatakan jika kesehatan mental itu penting. Hal ini menunjukkan remaja telah sadar akan pentingnya kesehatan mental.



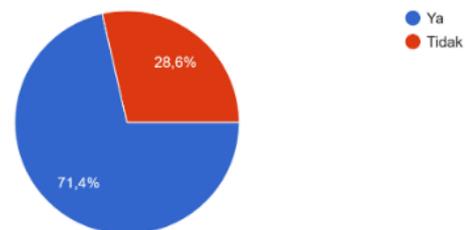
Gambar 3. Hasil Survei: Tingkat Kepentingan Kesehatan Mental Menurut Responden

Berdasarkan hasil survei, sebanyak 97,1% responden menyatakan bahwa kesehatan mental mempengaruhi kemampuan mereka dalam bersosialisasi. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi mental yang stabil berperan penting dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Ketika seseorang memiliki kesehatan mental yang baik, mereka cenderung lebih mampu berkomunikasi, menunjukkan empati, dan menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya, gangguan kesehatan mental dapat menghambat kemampuan untuk bersosialisasi karena individu mungkin merasa cemas, tidak percaya diri, atau menarik diri dari lingkungan sosial. Oleh karena itu, mendukung kesehatan mental remaja menjadi hal yang sangat penting untuk memastikan mereka dapat menjalani kehidupan sosial yang bermakna dan produktif.



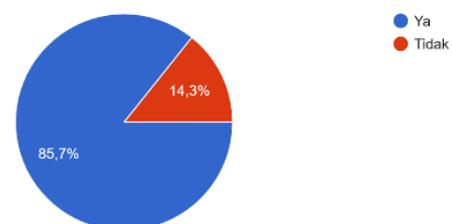
Gambar 4. Hasil Survei: Pengaruh Kesehatan Mental terhadap Cara Orang Bersosialisasi Menurut Responden

Menurut survei, sebesar 85,7% responden merasa bahwa kehidupan sosial mereka terganggu ketika mengalami tekanan mental. Tekanan mental, seperti stres, kecemasan, atau depresi, sering kali berdampak negatif pada cara seseorang berinteraksi dengan orang lain. Misalnya, mereka mungkin merasa sulit untuk berbicara secara terbuka, menghadiri acara sosial, atau bahkan menjaga hubungan yang sudah ada. Akibatnya, tekanan mental dapat menyebabkan isolasi sosial, yang pada gilirannya memperburuk kondisi mental mereka. Temuan ini menyoroti pentingnya memberikan dukungan psikologis kepada remaja untuk membantu mereka mengelola tekanan mental dan mencegah dampak negatif lebih lanjut pada kehidupan sosial mereka.



Gambar 5. Hasil Survei: Apakah Media Sosial Membantu Mengurangi Tekanan Mental?

Menariknya, 71,4% dari responden menyatakan bahwa media sosial dapat membantu meredakan tekanan mental mereka. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi sebagai alat yang efektif untuk mendukung kesehatan mental, asalkan digunakan dengan bijaksana. Media sosial memungkinkan remaja untuk berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan emosional dari teman sebaya, dan mengakses informasi yang relevan tentang kesehatan mental. Namun, penting untuk memastikan bahwa konten yang tersedia di media sosial bersifat positif dan mendukung, mengingat sisi negatifnya juga dapat memperburuk kondisi mental jika digunakan secara tidak sehat. Temuan ini menggarisbawahi perlunya platform digital yang dirancang khusus untuk mendukung kesehatan mental remaja, seperti FRIENTIES, yang menawarkan fitur-fitur interaktif untuk mendorong interaksi sosial yang positif dan bermakna.



Gambar 6. Hasil Survei: Menurut Responden, Apakah Kehidupan Sosial Mereka Terganggu Saat Mengalami Tekanan Mental?

Hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 85,7%, merasa kehidupan sosial mereka terganggu saat mengalami tekanan mental, sementara hanya 14,3% yang tidak merasakan hal tersebut. Hal ini menyoroti dampak signifikan tekanan mental terhadap kemampuan individu untuk berinteraksi dan menjaga hubungan sosial.

Gangguan seperti stres, kecemasan, atau depresi dapat menyebabkan individu menarik diri dari lingkungan sosial, merasa sulit berkomunikasi, atau kehilangan motivasi untuk bersosialisasi. Sebaliknya, responden yang tidak merasakan gangguan sosial mungkin memiliki mekanisme koping yang lebih baik atau dukungan sosial yang kuat. Temuan ini memperkuat pentingnya menyediakan dukungan kesehatan mental bagi remaja untuk membantu mereka mengelola tekanan mental, termasuk melalui platform digital seperti FRIENTIES yang mendukung interaksi sosial positif.

Berdasarkan survei, terdapat beberapa faktor yang diidentifikasi oleh responden sebagai penyebab yang memengaruhi kesehatan mental mereka. Faktor pertama adalah kurangnya interaksi sosial, yang sering kali membuat individu merasa terisolasi dan kesepian, sehingga memengaruhi kesejahteraan mental secara keseluruhan. Kedua, masalah hubungan, seperti konflik dengan keluarga, pasangan, atau teman, menjadi pemicu stres emosional yang signifikan bagi banyak responden. Ketiga, tidak memiliki teman juga disebut sebagai faktor penting, karena kurangnya dukungan sosial dapat membuat seseorang merasa tidak memiliki tempat untuk berbagi atau mencari bantuan.

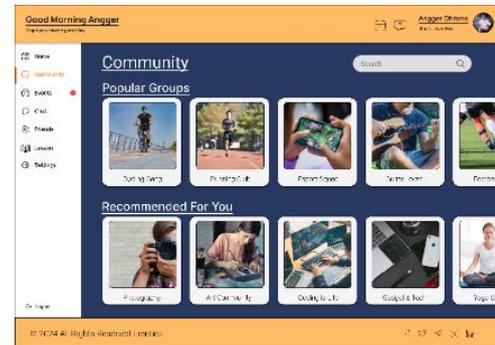
Faktor lainnya adalah beban kerja yang berlebihan, yang sering kali menyebabkan kelelahan mental dan fisik, terutama bagi mereka yang harus menyeimbangkan tuntutan akademik atau pekerjaan dengan kehidupan pribadi mereka. Masalah keuangan juga menjadi faktor utama, karena ketidakpastian ekonomi dapat memicu stres yang terus-menerus dan kekhawatiran terhadap masa depan. Selain itu, kurang tidur diakui sebagai salah satu penyebab yang sering diabaikan tetapi memiliki dampak besar terhadap kesehatan mental, mengingat tidur yang cukup sangat penting untuk menjaga stabilitas emosi dan kemampuan berpikir.

Beberapa responden juga menyebutkan faktor lainnya, yang mencakup berbagai masalah spesifik seperti tekanan dari media sosial, tuntutan akademik, atau kurangnya akses terhadap dukungan kesehatan mental. Semua faktor ini menunjukkan pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung kesehatan mental, termasuk penyediaan lingkungan yang mendukung interaksi sosial, pengelolaan stres, dan akses terhadap bantuan profesional jika diperlukan.

Berdasarkan hasil survei, faktor utama yang mempengaruhi kesehatan mental adalah kurangnya interaksi sosial yang dapat menyebabkan perasaan kesepian dan terisolasi. Selain itu, masalah hubungan pribadi atau keluarga juga menjadi salah satu faktor signifikan dengan jumlah responden yang sama, yaitu 29 orang. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan yang kurang harmonis dapat mempengaruhi stabilitas emosional remaja. Faktor lain yang juga cukup dominan adalah tidak memiliki teman dengan 27 responden yang sering kali membuat remaja tidak merasa diterima dan didukung. Dari 23 sampai 24 responden menyatakan bahwa beban kerja berlebih dan masalah finansial juga menjadi permasalahan mereka. Kedua faktor ini mengindikasikan bahwa tekanan akademis dan pekerjaan serta masalah finansial memiliki dampak pada kesehatan mental mereka.

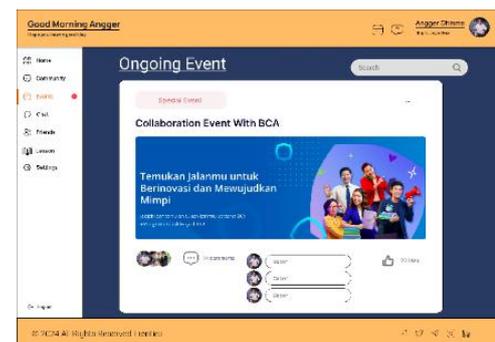
Survei ini menegaskan pentingnya interaksi sosial untuk remaja dalam membantu merancang *website* FRIENTIES. Pendekatan ini juga didukung oleh data yang menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif dapat meningkatkan kesehatan mental secara signifikan. Dari hasil survei kesehatan mental tersebut, dapat dikaitkan dengan kebutuhan pengembangan fitur *website* FRIENTIES yang terdiri dari:

1. Community



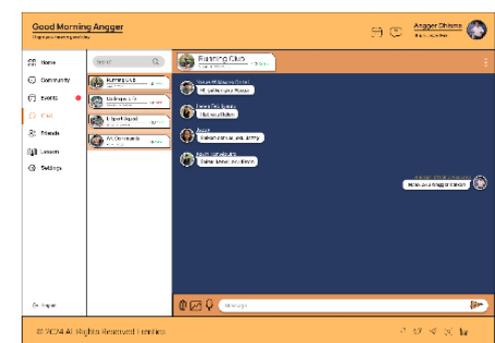
Gambar 7. Tampilan UI/UX *Community* FRIENTIES

2. Events



Gambar 8. Tampilan UI/UX *Events* website FRIENTIES

3. Group & Private Chat



Gambar 9. Tampilan UI/UX *Chatting* website FRIENTIES

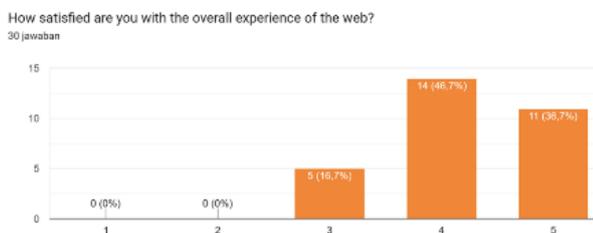
4. Blog & Product Review



Gambar 10. Tampilan UI/UX *Blog Lesson website FRIENTIES*

Berdasarkan hasil survei desain prototipe *website FRIENTIES*, didapatkan data sebagai berikut:

1. Penilaian Desain Visual *Website FRIENTIES* Dari Pengguna

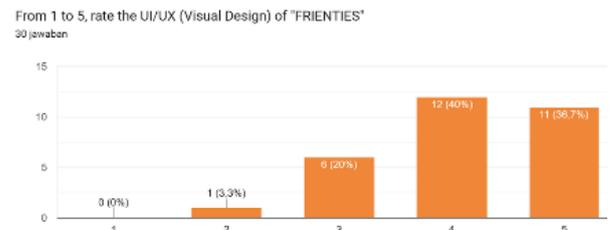


Gambar 11. Hasil Survei: Tingkat Kepuasan Responden Terhadap UI/UX *Website FRIENTIES*

Hasil survei penilaian desain visual *FRIENTIES* menunjukkan bahwa mayoritas responden memberikan penilaian yang positif terhadap antarmuka pengguna (UI) dan pengalaman pengguna (UX) *website*. Sebanyak 40% dari responden memberikan nilai 4, yang menunjukkan bahwa mereka merasa desain visual *website* cukup memadai dan menarik. Selain itu, 36,6% responden memberikan nilai 5, yang berarti mereka sangat puas dengan desain yang ada, baik dari segi tampilan maupun kenyamanan penggunaan. Sementara itu, sebagian kecil responden, yaitu 23,4%, memberikan nilai 2 dan 3, yang mengindikasikan bahwa mereka merasa ada beberapa aspek desain yang perlu diperbaiki, meskipun jumlahnya tidak signifikan.

Dari data yang diperoleh, dapat dihitung bahwa rata-rata penilaian desain visual *website FRIENTIES* adalah 4,1. Nilai ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan desain *website* diterima dengan baik oleh mayoritas pengguna, namun masih terdapat ruang untuk peningkatan. Beberapa aspek yang mungkin dapat diperbaiki meliputi penyempurnaan elemen visual yang belum sepenuhnya memuaskan beberapa responden, atau penyesuaian terhadap elemen UI/UX yang lebih sesuai dengan preferensi pengguna. Peningkatan desain dapat dilakukan dengan lebih fokus pada aspek kenyamanan pengguna, seperti navigasi yang lebih intuitif, peningkatan kontras warna, atau penyesuaian pada elemen-elemen kecil yang dapat meningkatkan pengalaman visual secara keseluruhan.

2. Penilaian Kepuasan Pengalaman Pengguna Terhadap *Website FRIENTIES*



Gambar 12. Hasil Survei: Tingkat Kepuasan Responden Terhadap Penggunaan *Website FRIENTIES*

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan untuk menilai tingkat kepuasan pengalaman pengguna terhadap penggunaan *website FRIENTIES*, diperoleh data yang menggambarkan tingkat kepuasan yang cukup tinggi. Sebanyak 46,7% responden memberikan nilai 4, menunjukkan bahwa hampir setengah dari pengguna merasa bahwa *website* ini sudah memberikan pengalaman yang memadai dan memenuhi harapan mereka. Selain itu, 36,7% responden memberikan nilai 5, yang mengindikasikan bahwa mereka sangat puas dengan fungsionalitas dan kenyamanan penggunaan *website*, serta merasakan manfaat positif dalam menggunakan platform ini. Sementara itu, 16,7% responden memberikan nilai 3, yang menunjukkan adanya beberapa aspek dalam pengalaman pengguna yang masih perlu diperbaiki agar dapat meningkatkan kepuasan secara keseluruhan.

Dengan memperhatikan hasil tersebut, dapat dihitung bahwa rata-rata kepuasan pengguna terhadap *website FRIENTIES* adalah 4,2. Nilai rata-rata ini menandakan bahwa secara keseluruhan pengguna merasa cukup puas dengan kinerja *website*, baik dari segi fungsionalitas maupun kemudahan dalam mengakses berbagai fitur yang ada. Meskipun demikian, ada indikasi bahwa masih ada beberapa area yang dapat diperbaiki untuk mencapai tingkat kepuasan yang lebih tinggi. Beberapa responden mungkin merasa bahwa beberapa aspek dari pengalaman penggunaan *website* masih perlu penyempurnaan, seperti kecepatan akses, ketepatan fitur, atau kemudahan navigasi.

Hasil survei ini memberikan informasi yang sangat berharga untuk tim pengembang dalam upaya penyempurnaan *website FRIENTIES*. Dengan memahami bahwa mayoritas pengguna merasa puas, namun masih terdapat beberapa kritik yang perlu diperhatikan, tim pengembang dapat lebih fokus untuk memperbaiki aspek-aspek yang kurang memadai agar pengalaman pengguna semakin optimal. Peningkatan desain, penambahan fitur-fitur baru, atau peningkatan kinerja teknis *website* dapat menjadi langkah-langkah yang diambil untuk meningkatkan tingkat kepuasan pengguna di masa depan.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh faktor sosial, di mana interaksi sosial yang positif dapat mendukung kondisi mental yang lebih baik. Berdasarkan survei, 85,7% responden menyatakan bahwa tekanan mental mengganggu kehidupan sosial mereka, sementara 71,4% merasa media sosial dapat membantu meredakan tekanan tersebut, menunjukkan potensi besar platform digital dalam

mendukung kesehatan mental. Website FRIENTIES dirancang untuk menyediakan ruang sosial yang aman dan nyaman, serta mendukung interaksi sosial positif. Evaluasi terhadap prototipe website menunjukkan mayoritas responden memberikan penilaian positif, dengan rata-rata skor 4,1 untuk desain visual dan 4,2 untuk pengalaman pengguna, yang menunjukkan bahwa website ini cukup menarik dan fungsional. Dengan potensi besar untuk mendukung kesehatan mental remaja, pengembangan lebih lanjut diperlukan, termasuk penambahan fitur untuk memperluas ruang interaksi sosial, peningkatan aksesibilitas, dan evaluasi berkala untuk memastikan website tetap relevan dan efektif dalam memenuhi kebutuhan pengguna seiring perkembangan teknologi dan perubahan kebutuhan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Lestari, S., & Wahyudianto, M. (2022). Psikoedukasi Literasi Kesehatan Mental: Strategi Menjaga Kesehatan Mental di Kampung Wisata. *JURNAL PLAKAT (Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 4(2), 153.
- [2] Braganza, S., Young, J., Sweeny, A., & Brazil, V. (2018). oneED: Embedding a mindfulness-based wellness programme into an emergency department. *Emergency Medicine Australasia*, 30(5), 678–686.
- [3] Laijawala, V., Aachaliya, A., Jatta, H., & Pinjarkar, V. (2020). Classification algorithms based mental health prediction using data mining. *2020 5th International Conference on Communication and Electronics Systems (ICCES)*, 1174–1178.
- [4] Retalia, R., Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2022). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 139–149.
- [5] Hasanuddin, & Khairuddin. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai Sosial Support, Adjustment and Psychological Well-Being in SMA Negeri 2 Binjai Students. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 2502–4590. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.5906>
- [6] Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49–58. <http://syekhnrjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- [7] Febyanto, C. (2016). Analisis pengaruh kelompok sosial dan keluarga terhadap perkembangan psikososial anak (Studi kasus pada siswa SDN Wonokerso 01 Kabupaten Malang). *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 2(1).
- [8] World Health Organization (WHO). (2022). *Mental Health*.
- [9] Isni, K., Nurfatona, W. Y., & Qomariyah, N. (2023). SOCIAL SUPPORT IN ACCESSING ADOLESCENTS MENTAL HEALTH SERVICES. *The Indonesian Journal of Public Health*, 18(3), 493–504. <https://doi.org/10.20473/ijph.v18i3.2023.493-504>
- [10] Purnomo, H., Jafar, N., & Uyun, Z. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial dan Interaksi Fisik terhadap Kualitas Hidup dan Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah Menengah Pertama di Jakarta. In *Jurnal Multidisiplin West Science* (Vol. 02, Issue 12).
- [11] Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). MENINGKATKAN KEPEDULIAN TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA. *Communnity Development Journal*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.5642>
- [12] Addini, S. E., Syahidah, B. D., Putri, B. A., & Setyowibowo, H. (2022). Kesehatan mental siswa SMP-SMA Indonesia selama masa pandemi dan faktor penyebabnya. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(2), 107–116.
- [13] Ruimassa, A. A. (2023). Memahami Psikologi Perkembangan Remaja sebagai Upaya Merencanakan Pelayanan Pastoral yang Peka Kesehatan Mental Remaja. *DUNAMIS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani*, 7(2), 769–784. <https://doi.org/10.30648/dun.v7i2.845>
- [14] Rahmawaty, F., Silalahiv, R., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja: Factors Affecting Mental Health in Adolescents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3).
- [15] Kirana, W., Dwi Anggreini, Y., & Litaqia, W. (2022). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Gangguan Jiwa. *Khatulistiwa Nursing Journal (KNJ)*, 4(2), 73–82. <https://doi.org/10.53399/knj.v4i0.paperID>
- [16] Erlita, B., Anggadewi, T., Guru, P., & Dasar, S. (2020). *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak Pada Remaja*. 2, 1–7.
- [17] Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). TREND PENELITIAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI INDONESIA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI: LITERATURE REVIEW. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- [18] Liu, Q., Jiang, M., Li, S., & Yang, Y. (2021). Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence A nonrecursive analysis from a two-year longitudinal study. *Medicine (United States)*, 100(4). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000024334>
- [19] Ridout, B., & Campbell, A. (2018). The use of social networking sites in mental health interventions for young people: Systematic review. In *Journal of Medical Internet Research* (Vol. 20, Issue 12). JMIR Publications Inc. <https://doi.org/10.2196/12244>

- [20] M. Pimentel. (2024). *4 Key Web Design Theory Elements*. JWAYGROUP.
- [21] W. Craig. (n.d.). *Human Behavior Theories That Can be Applied To Web Design*. Webfx.
- [22] Rachmadyanshah, A. F., Khairunisa, Y., Negeri, P., & Kreatif, M. (2019). Pengembangan Website Edukasi Interaktif Pengenalan Kesehatan Mental Bagi Remaja. *Jurnal Multimedia Dan IT (JOMMIT)*, 3(2), 29–34.
- [23] VIRANI, M. (2024). *PERANCANGAN MEDIA EDUKASI PENGELOLAAN KESEHATAN MENTAL REMAJA USIA 18-21 TAHUN YANG TERKENA DAMPAK PERCERAIAN-Dalam bentuk buku karya ilmiah*.