

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana seseorang memiliki kemampuan kognisi dan emosi yang berfungsi dengan baik dalam kehidupannya sehari-hari. Untuk mencapai mental yang sehat tidaklah mudah, sering kali kita sendiri mengeluarkan emosi yang berlebihan pada suatu kejadian. Seseorang yang tidak bisa mengendalikan emosinya sering kali di hantui pikiran-pikiran buruk yang dapat merusak mentalnya, seperti pikiran yang tidak senang melihat orang lain senang, selalu berprasangka buruk terhadap diri sendiri maupun orang lain, dan tak jarang terlintas pikiran untuk mengakhiri hidup secara cepat. Pada era yang mengharuskan penggunaan teknologi seperti saat ini, semakin lama dapat membuat penggunaannya menjadi kecanduan *gadget*. Karena hal itu, kebanyakan pikiran seseorang menjadi tidak tenang dan tidak fokus, sebelum terjadi hal yang tidak diinginkan seseorang cenderung mencari solusi yang paling mudah untuk ditemukan, salah satunya adalah menemui seseorang yang dapat membantu permasalahan kita baik teman dekat atau orang yang sudah profesional dibidangnya seperti konselor.

Dari permasalahan diatas, perlu adanya pencegahan yang dilakukan sebelum seseorang dinyatakan memiliki mental yang tidak sehat. Mengingat saat ini teknologi semakin canggih dan setiap orang tak lepas dari internet, penulis membuat solusi terkait kesehatan mental yaitu *website* yang dapat mencegah stres dan menyediakan fitur-fitur bermanfaat untuk kesehatan mental yang dibantu oleh konselor. *Website* kesehatan mental ini diberi nama Pahamee. Penulis merancang beberapa modul *user* klien seperti pengelolaan data *user*, konseling *online*, serta forum curhat (diskusi). Untuk menyempurnakan pembuatan *website* ini penulis menggunakan metode *Extreme programming* dengan tahapannya yaitu *planning*, *desain*, *coding* dan *testing*. Selanjutnya tahap uji coba *website* yang dilakukan penulis yaitu menggunakan *blackbox testing* kepada lima orang dan *usability testing* kepada dua puluh orang responden. Hasil yang didapatkan dari *testing* menggunakan metode *blackbox* adalah sistem 100% dapat berjalan sesuai fungsi yang diharapkan (sukses), sedangkan *testing* dengan menggunakan *usability* mendapatkan nilai SUS sebesar 75 yang artinya sistem dapat diterima dengan baik dan layak untuk digunakan.

Kata kunci : *Kesehatan mental, Extreme Programming, Pencegahan, Website, Blackbox testing, Usability testing.*