

ABSTRAK

Peningkatan angka pengidap gangguan kecemasan terus meningkat tiap tahunnya, menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 sebesar 9,8 penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional, termasuk gangguan kecemasan. Perasaan cemas yang berlebihan pada mahasiswa yang masih tergolong dalam remaja akhir dapat menyebabkan distorsi pemrosesan informasi. Psikolog mengungkapkan metode *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dapat dimanfaatkan untuk meregulasi kadar kecemasan mahasiswa. Telah banyak implementasi aplikasi *mobile* metode CBT yang terbukti mengurangi kecemasan. Namun belum ada yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa di Telkom University. Studi ini merancang antarmuka aplikasi CBT dengan mengakomodir kebutuhan, dan karakteristik mahasiswa menggunakan metode *Patient-Centered Design* dengan melibatkan psikolog untuk memberikan wawasan, dan validasi pada perancangan solusi. Model *user interface* yang dihasilkan kemudian dievaluasi dengan metode *System Usability Scale* (SUS). Pada sesi pengujian diperoleh skor 70,5 yang termasuk kategori *good*, dan *marginally acceptable* yang berarti solusi yang ditawarkan telah baik, dan dapat diterima sebagian besar pengguna. Skor tersebut menunjukkan solusi yang dihasilkan dapat dimanfaatkan untuk memecahkan masalah kadar kecemasan mahasiswa.

Kata Kunci: Gangguan Kecemasan, Mahasiswa, *Cognitive Behavioral Therapy*, *User Interface*, *Patient-Centered Design*, *System Usability Scale*