

ABSTRAK

Nama : Fido Octafian Sucipto
NPM : 140 2016 038
Program Studi : Teknik Informatika Program Sarjana
Judul Skripsi : **PENGEMBANGAN APLIKASI *MOBILE ANXIETY-DISORDER*
*HEALING DENGAN COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY.***

Kesehatan Mental adalah kondisi individu yang memiliki gejala-gejala gangguan kejiwaan yang dipengaruhi oleh peristiwa dalam kehidupan yang meninggalkan dampak yang besar pada kepribadian dan perilaku seseorang. Jika kesehatan mental terganggu, maka akan timbul gangguan mental atau penyakit mental. *Anxiety Disorder* adalah suatu keadaan perasaan kecemasan berlebihan yang dapat mengganggu kondisi psikis dan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari sehingga produktivitas seseorang akan menurun atau berkurang karena berkaitan dengan perasaan takut, sering disertai dengan sensasi fisik seperti jantung berdebar, nafas pendek atau nyeri dada. Ketika merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut padahal penderita tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Diagnosis gejala kecemasan seseorang dapat dilakukan sedini mungkin menggunakan terapi kognitif perilaku atau *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*. CBT adalah bentuk terapi yang cukup efektif dalam mengurangi gejala penderita *Anxiety Disorder*. Penelitian ini mengembangkan sebuah aplikasi berbasis *Android* untuk membantu mengurangi gejala pada penderita gangguan *Anxiety Disorder*. Penelitian ini menggunakan metode *prototyping* dalam pembangunannya. Data untuk pengembangan sistem diperoleh melalui data lapangan dari mitra penelitian. Pengujian dilakukan dengan menggunakan *System Usability Scale (SUS)*. Hasil dari SUS menunjukkan nilai yang baik berdasarkan *adjective rating* dengan total sebesar 79,83871 dan mendapatkan grade A-.

Keyword: *Kesehatan Mental, Kecemasan, Cognitive Behavioral Therapy*