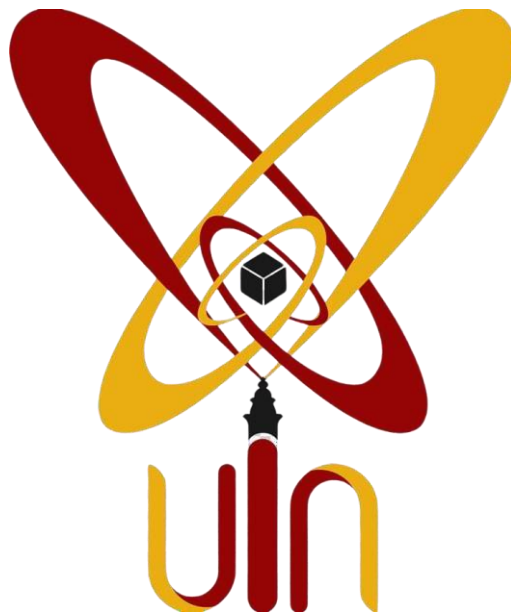


**LAPORAN HASIL PELAKSANAAN MAGANG
PERANCANGAN PROTOTYPE PLATFORM DIGITAL
“RUANGHASAN” SEBAGAI MEDIA DIGITAL HEALING UNTUK
MENGURANGI STRES AKADEMIK MAHASISWA UIN SULTAN
MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Disusun untuk memenuhi salah satu syarat pelaksanaan Magang
pada Program Studi Informatika



Disusun oleh:

Nama : Haeva Salsabila

NIM : 231730024

**PROGRAM STUDI INFORMATIKA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan hasil pelaksanaan Magang ini telah disusun oleh:

Nama : Haeva Salsabila
NIM : 231730024
Program Studi : Informatika
Judul Magang : Perancangan Prototype Platform Digital
"Ruanghasan" Sebagai Media Digital Healing
Untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa
Uin Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Tempat Magang : BRIN (Badan Riset dan Inovasi Nasional)
Waktu Pelaksanaan : 18 Februari 2026 s.d. 17 Juli 2026

Laporan ini telah diperiksa dan disahkan sebagai laporan hasil pelaksanaan Magang.

Serpong, 26 Juni 2026

Dosen Pembimbing PKL/Magang,



Dr. Birru Muqdamien M.Kom
NIP/NIDN. 198103202009121003

Pembimbing Lapangan,



Christine Cecylia Munthe, S.Kom., M.T.I
NIP/NIDN. 199311302019022001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Informatika



Ahmad Tabrani, M.T.I
NIP/NIDN. 198509172018011002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga laporan hasil pelaksanaan Magang yang berjudul “Perancangan Prototype Platform Digital ‘RuangHasan’ sebagai Media Digital Healing untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten” dapat diselesaikan dengan baik.

Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban atas pelaksanaan Magang di Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN), Kelompok Riset *Human-Computer Interaction and Visualization* (KR HCIV), Pusat Riset Sains Data dan Informasi (PRSDI).

Penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ahmad Tabrani, M.T.I
2. Birru Muqdamien, M. Kom
3. Christine Cecylia Munthe, S.Kom., M.T.I
4. Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) beserta seluruh Kelompok Riset *Human-Computer Interaction and Visualization* (KR HCIV) - Pusat Riset Sains Data dan Informasi (PRSDI).
5. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan Magang.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan laporan ini. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Serpong, 26 Juni 2026



Haeva Salsabila

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	iv
RINGKASAN.....	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Magang.....	3
1.3.1 Tujuan umum.....	3
1.3.2 Tujuan khusus.....	3
1.4 Manfaat Magang.....	3
1.4.1 Manfaat teoritis	3
1.4.2 Manfaat praktis	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	4
2.1 Kajian Pustaka.....	4
2.1.1 Well-being Mahasiswa	4
2.1.2 Stres Akademik.....	4
2.1.3 Prototype dalam Pengembangan Sistem	5
2.1.4 Penelitian Terkait.....	5
2.2 Kerangka Pikir Teoritis	5
BAB III METODE MAGANG	6
3.1 Lokasi Magang	6

3.2	Desain Pelaksanaan Magang	6
3.3	Penentuan Objek Magang	7
3.4	Metode Pengumpulan Data	7
3.5	Instrumen Magang	7
3.6	Teknik Analisis Data.....	8
BAB IV HASIL MAGANG DAN PEMBAHASAN		9
4.1	Deskripsi Kegiatan Magang	9
4.2	Permasalahan yang Ditemukan.....	13
4.3	Metode Penyelesaian Masalah.....	13
4.4	Hasil Pelaksanaan Magang.....	14
4.4.1	Hasil Analisis Tematik.....	14
4.4.2	Hasil Perancangan Prototype.....	20
4.4.3	Hasil Pengujian Prototype (<i>System Usability Scale</i>)	23
4.5	Pembahasan	24
4.6	Pelajaran yang Diperoleh	26
BAB V PENUTUP.....		27
5.1	Kesimpulan.....	27
5.2	Keterbatasan	28
5.3	Implikasi.....	28
5.4	Saran	28
DAFTAR PUSTAKA		29
LAMPIRAN		34
Lampiran 1. Hasil dan Dokumentasi Kegiatan Magang		34
Lampiran 2. Panduan Wawancara.....		37
Lampiran 3. Lembar Kuesioner SUS		38

RINGKASAN

Stres akademik merupakan permasalahan yang umum dialami mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten akibat tingginya beban tugas, tekanan pencapaian, serta manajemen waktu yang kurang optimal. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga berpengaruh terhadap penurunan motivasi belajar serta gangguan konsentrasi dalam proses pembelajaran. Selain itu, platform digital yang tersedia umumnya masih bersifat umum dan belum dirancang secara spesifik untuk memenuhi kebutuhan emosional mahasiswa dalam lingkungan perguruan tinggi.

Magang ini dilaksanakan di BRIN, kawasan KST- B.J. Habibie Serpong, pada KR HCIV - PRSDI. Metode yang digunakan adalah *Design Thinking* dengan pendekatan Human Computer Interaction (HCI) melalui tahapan *empathize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *test*. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam terhadap 10 mahasiswa, dan kuesioner *System Usability Scale*. Data wawancara dianalisis menggunakan teknik analisis tematik *hybrid* (induktif-deduktif) berbantuan perangkat lunak Atlas.ti, berlandaskan *Transactional Model of Stress and Coping* (Lazarus & Folkman, 1984) dan *Technology Acceptance Model* (Davis, 1989).

Hasil analisis tematik menghasilkan 12 sub tema yang dikelompokkan menjadi tiga tema utama, yaitu *Stressor Akademik*, *Penanganan Stres*, dan *Penerimaan Platform Digital*. Berdasarkan temuan tersebut, dirancang *prototype* platform digital RuangHasan menggunakan Figma dengan empat fitur utama: curhat anonim berbasis AI chat empatik, mood tracking, relaksasi digital, dan ruang spiritual. Hasil pengujian menggunakan *System Usability Scale* (SUS) menunjukkan rata-rata skor sebesar 72,25 yang berada pada kategori “*Excellent*”, mengindikasikan bahwa *prototype* memiliki tingkat kegunaan yang sangat baik dan

dapat diterima oleh pengguna sebagai media digital healing untuk pengelolaan stres akademik.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Berbagai beban tugas akademis dan kegiatan di luar perkuliahan menjadikan mahasiswa sebagai kelompok yang mudah tertekan [1]. Banyaknya beban tugas dan tuntutan untuk menyelesaikan tugas akhir menjadi pemicu utama stres akademik mahasiswa. Selain itu, kondisi ini juga diperburuk oleh lemahnya motivasi belajar dan ketidakmampuan mereka dalam mengelola diri dengan baik [2]. Berdasarkan data yang dipaparkan oleh Saifudin, Adawiyah, dan Mukhaira (2023), sekitar 38%–71% mahasiswa di berbagai negara mengalami stres akademik. Sementara itu, di Indonesia, prevalensi stres akademik pada mahasiswa berada pada kisaran 36,7% hingga 71,6% [3]. Kondisi ini dapat memengaruhi aspek kognitif, emosional, dan perilaku sosial mahasiswa, seperti menurunnya daya ingat dan fokus, kesulitan berkonsentrasi, munculnya rasa sedih atau depresi, serta kecenderungan untuk menyendiri [4].

Dalam konteks pendidikan tinggi, *well-being* mahasiswa menjadi aspek yang sangat penting. *Well-being* berdampak positif terhadap prestasi akademik dan hubungan sosial mahasiswa [5], serta lebih mampu mereka mengatasi tekanan akademik dan membantu mahasiswa mengelola stres dengan lebih baik [6].

Seiring perkembangan teknologi digital, berbagai platform kesehatan mental mulai dikembangkan sebagai media pendukung pengelolaan kesehatan mental. Penelitian sebelumnya oleh Darmawan (2025) melalui penelitian berjudul Penerapan Metode *Design Thinking* dalam Perancangan Aplikasi Mobile MindCare untuk Dukungan Kesehatan Mental di Indonesia berhasil merancang aplikasi dengan fitur utama MoodSync, MindScan, Community, dan Crisis Button. Hasil pengujian menunjukkan tingkat keberhasilan penggunaan sebesar 86,7%, yang mengindikasikan bahwa antarmuka aplikasi mudah digunakan oleh pengguna [7]. Selain itu, Purwaningrum (2022) menganalisis kebutuhan pengembangan platform digital untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru Bimbingan dan Konseling

melalui survei terhadap 152 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan platform digital sangat dibutuhkan untuk mendukung kesejahteraan psikologis pengguna [8]. Penelitian lain oleh Azhar dan Azhar (2025) merancang prototipe UI/UX aplikasi kesehatan mental berbasis mobile bagi mahasiswa kost menggunakan metode *Design Thinking*. Pengujian menggunakan *System Usability Scale* (SUS) memperoleh skor 80 yang menunjukkan bahwa aplikasi memiliki tingkat usability yang baik [9].

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut masih berfokus pada pengembangan aplikasi kesehatan mental secara umum dan belum secara khusus mengakomodasi kebutuhan emosional mahasiswa yang mengalami stres akademik. Selain itu, sebagian besar penelitian belum mengintegrasikan hasil eksplorasi kebutuhan pengguna melalui analisis tematik dengan pendekatan *Human-Computer Interaction* (HCI), serta belum mempertimbangkan karakteristik emosional, kebutuhan anonimitas, maupun aspek spiritual sebagai bagian dari mekanisme coping mahasiswa.

Berdasarkan permasalahan tersebut, Magang ini dilaksanakan di Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN), Pusat Riset Sains Data dan Informasi, kelompok riset *Human Computer Interaction and Visualisation*, dengan tujuan merancang prototipe platform digital bernama “RuangHasan” sebagai ruang digital yang menyediakan fitur refleksi diri, pengelolaan emosi, dan relaksasi berbasis digital.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam Magang ini adalah sebagai berikut:

1. Apa saja faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik dan *well-being* mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten?
2. Bagaimana merancang *prototype* platform digital RuangHasan yang dapat mendukung pengelolaan stres akademik mahasiswa menggunakan pendekatan *Human Computer Interaction* (HCI)?

1.3 Tujuan Magang

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum pelaksanaan Magang ini adalah untuk memberikan pengalaman kerja nyata kepada mahasiswa di lingkungan (BRIN) serta meningkatkan kompetensi dalam bidang *Human Computer Interaction* dan perancangan sistem digital.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus pelaksanaan Magang ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik dan *well-being* mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Menganalisis kebutuhan mahasiswa terhadap platform digital yang dapat membantu mengurangi stres akademik.
3. Merancang UI/UX dan *prototype* platform digital RuangHasan menggunakan pendekatan *Human Computer Interaction* (HCI) melalui metode *Design Thinking*.
4. Menguji tingkat *usability prototype* yang dikembangkan menggunakan metode *System Usability Scale* (SUS).

1.4 Manfaat Magang

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis, laporan ini diharapkan dapat menjadi referensi akademik dalam pengembangan platform digital yang berbasis *well-being* mahasiswa. Hasil penelitian ini juga dapat memperkaya kajian tentang penerapan pendekatan *Human Computer Interaction* (HCI) dan *Design Thinking* dalam perancangan sistem kesehatan mental digital.

1.4.2 Manfaat praktis

Secara praktis, manfaat yang diharapkan dari kegiatan Magang ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi mahasiswa: platform yang dirancang diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres akademik serta menjaga keseimbangan mental selama menjalani aktivitas perkuliahan.
- b. Bagi BRIN: hasil perancangan *prototype* ini diharapkan dapat menjadi kontribusi nyata bagi penelitian dan pengembangan sistem digital yang berorientasi pada pengguna di KR HCIV - PRSDI
- c. Bagi UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten: hasil Magang ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan sistem atau platform digital yang mendukung kesejahteraan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Well-being Mahasiswa

Well-being merupakan kondisi kesejahteraan psikologis individu yang mencakup aspek fungsi positif seperti penerimaan diri, tujuan hidup, dan hubungan sosial [10]. *Well-being* mahasiswa secara spesifik merujuk pada kondisi kesejahteraan yang mencakup aspek fisik, mental, dan emosional yang dialami mahasiswa selama menjalani aktivitas akademik. *Well-being* yang baik memungkinkan mahasiswa untuk mengelola stres akademik dengan lebih efektif serta meningkatkan kualitas proses belajar [11].

2.1.2 Stres Akademik

Stres akademik merupakan tekanan yang disebabkan oleh *academic stress*, yaitu stres mahasiswa yang bersumber dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan belajar [12]. Jika tidak dikelola dengan baik, stres akademik dapat mempengaruhi kesehatan mental serta menurunkan motivasi

belajar mahasiswa. Faktor penyebab stres akademik dapat bersumber dari faktor eksternal (beban tugas, *deadline*, hambatan akademik) maupun faktor internal (prokrastinasi, manajemen waktu yang buruk, motivasi rendah).

2.1.3 Prototype dalam Pengembangan Sistem

Prototype merupakan model awal dari suatu sistem yang digunakan untuk menggambarkan konsep dan desain sistem sebelum dilakukan pengembangan secara penuh [13]. *Prototype* memungkinkan peneliti untuk menguji konsep desain serta memperoleh masukan dari pengguna terkait sistem yang dirancang [14]. Dalam perancangan platform digital, *prototype* berperan penting dalam proses iteratif untuk memvalidasi kebutuhan pengguna sebelum implementasi sesungguhnya.

2.1.4 Penelitian Terkait

Penelitian sebelumnya oleh Darmawan (2025) dengan judul Penerapan Metode *Design Thinking* dalam Perancangan Aplikasi Mobile MindCare untuk Dukungan Kesehatan Mental di Indonesia menghasilkan beberapa fitur utama seperti MoodSync, MindScan, Community, dan Crisis Button. Hasil pengujian menunjukkan tingkat keberhasilan penggunaan sebesar 86,7%, yang menunjukkan bahwa desain antarmuka aplikasi mudah digunakan [7].

Purwaningrum (2022) menganalisis kebutuhan pengembangan platform digital untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK menggunakan survei terhadap 152 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan platform digital sangat dibutuhkan untuk mendukung kesejahteraan psikologis [8].

Azhar dan Azhar (2025) merancang prototipe UI/UX aplikasi kesehatan mental berbasis mobile untuk mahasiswa kost menggunakan metode *Design Thinking*. Hasil pengujian menggunakan *System Usability Scale* memperoleh skor 80, yang menunjukkan aplikasi memiliki tingkat keamanan yang baik [9].

2.2 Kerangka Pikir Teoritis

Kerangka pikir teoritis dalam Magang ini menghubungkan dua teori utama dengan permasalahan yang ditemukan. Pertama, *Transactional Model of Stress and*

Coping (Lazarus & Folkman, 1984) digunakan untuk memahami sumber stres (*stressor*) yang dialami mahasiswa, proses penilaian kognitif terhadap tekanan tersebut (*primary* dan *secondary appraisal*), serta strategi penanganan yang digunakan (*coping*). Kedua, *Technology Acceptance Model/TAM* (Davis, 1989) digunakan untuk menganalisis persepsi mahasiswa terhadap platform digital, meliputi *perceived usefulness* (kebermanfaatan yang dirasakan) dan *perceived ease of use* (kemudahan penggunaan yang dirasakan).

Kedua kerangka teori tersebut menjadi landasan dalam analisis data kualitatif dan perancangan platform RuangHasan, sehingga solusi yang dihasilkan tidak hanya responsif terhadap kebutuhan pengguna, tetapi juga memiliki landasan konseptual yang dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

BAB III

METODE MAGANG

3.1 Lokasi Magang

Magang dilaksanakan di BRIN, kawasan KST- B.J. Habibie Serpong, pada KR HCIV - PRSDI. BRIN merupakan lembaga pemerintah yang bertugas mengelola, membina, mengoordinasikan, dan melaksanakan penelitian, pengembangan, pengkajian, dan penerapan, serta invensi dan inovasi yang terintegrasi di Indonesia. kelompok riset *Human Computer Interaction and Visualisation* secara khusus berfokus pada riset dan pengembangan antarmuka pengguna, interaksi manusia-komputer, dan visualisasi data. Pelaksanaan Magang berlangsung pada 18 Februari sampai 17 Juli 2026.

3.2 Desain Pelaksanaan Magang

Pelaksanaan Magang ini menggunakan pendekatan penelitian implementatif dengan metode *Design Thinking* [15]. Metode ini dipilih karena bersifat iteratif dan berpusat pada pengguna, sehingga memungkinkan perancangan

solusi yang benar-benar merespons kebutuhan nyata mahasiswa. Desain pelaksanaan mencakup lima tahapan *Design Thinking*, yaitu *empathize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *test* [16], yang dijalankan secara berurutan dan dapat dilakukan pengulangan jika diperlukan berdasarkan hasil evaluasi di setiap tahap.

3.3 Penentuan Objek Magang

Objek yang menjadi fokus dalam Magang ini adalah perancangan prototype platform digital RuangHasan sebagai media digital healing untuk mengurangi stres akademik mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Subjek dalam kegiatan ini adalah mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang pernah atau sedang mengalami stres akademik. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan kriteria relevansi terhadap tujuan penelitian [17]. Jumlah responden yang terlibat pada tahap eksplorasi kebutuhan adalah 10 mahasiswa.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam Magang ini adalah sebagai berikut:

- a. Observasi, yaitu pengamatan langsung terhadap aktivitas mahasiswa dalam menjalani kegiatan akademik yang berpotensi menimbulkan stres.
- b. Wawancara, yaitu pengumpulan informasi melalui tanya jawab mendalam dengan responden mahasiswa untuk mengetahui pengalaman mereka dalam menghadapi tekanan akademik serta kebutuhan terhadap platform digital.
- c. Kuesioner *System Usability Scale* (SUS), yaitu instrumen untuk mengukur tingkat kemudahan penggunaan dan kepuasan pengguna terhadap *prototype* yang telah dirancang.

3.5 Instrumen Magang

Instrumen dan alat yang digunakan selama pelaksanaan Magang ini meliputi:

- a. Panduan wawancara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman dan kebutuhan responden terkait stres akademik.
- b. Perangkat lunak Atlas.ti untuk membantu proses *coding* dan analisis tematik data kualitatif secara terstruktur dan transparan.
- c. Perangkat lunak Figma untuk perancangan antarmuka pengguna (UI/UX) dan *prototype* platform RuangHasan.
- d. Lembar kuesioner *System Usability Scale* (SUS) yang terdiri dari 10 item pernyataan dengan skala Likert 1–5 untuk mengukur *usability prototype*.
- e. Laptop dan perangkat pendukung lainnya untuk mendokumentasikan proses observasi dan wawancara.

3.6 Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari wawancara dianalisis secara kualitatif menggunakan pendekatan analisis tematik (*thematic analysis*), yaitu metode yang digunakan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan menginterpretasikan pola atau tema dalam data [18]. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu familiarisation data, pembuatan kode (*coding*), pencarian tema, peninjauan tema, penamaan tema, serta penyusunan laporan hasil analisis.

Pendekatan analisis tematik yang digunakan bersifat *hybrid*, yaitu kombinasi antara pendekatan induktif dan deduktif. Pada tahap awal, tema dibentuk secara induktif berdasarkan pola yang muncul murni dari data wawancara. Selanjutnya, tema awal yang terbentuk ditinjau secara deduktif dengan memaatikannya terhadap konsep-konsep dalam *Transactional Model of Stress and Coping* [19] dan *Technology Acceptance Model* [20], sehingga tema akhir memiliki dasar konseptual yang kuat sekaligus tetap berakar pada pengalaman nyata responden.

Sementara itu, data hasil pengujian *prototype* dianalisis secara kuantitatif menggunakan metode *System Usability Scale* (SUS) untuk mengukur tingkat *usability* dan kepuasan pengguna terhadap *prototype* yang dikembangkan.

BAB IV

HASIL MAGANG DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Kegiatan Magang

Kegiatan Magang dilaksanakan di Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN), Pusat Riset Sains Data dan Informasi, kelompok riset *Human Computer Interaction and Visualisation*. Selama periode pelaksanaan, kegiatan berfokus pada perancangan *prototype* platform digital RuangHasan melalui tahapan-tahapan *Design Thinking*. Rangkuman kegiatan yang dilakukan selama Magang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kegiatan Magang

No	Tanggal	Kegiatan	Keterangan
	10 - 13 Februari 2026	Tahap Pelatihan Pengantar (BRILIANT)	Mahasiswa mengikuti serangkaian pelatihan daring di platform BRIN <i>Learning Integrated Environment</i> (BRILIANT). Program ini bertujuan mengasah dasar teori, penguasaan metode riset terapan, serta kemampuan komunikasi ilmiah sebagai persiapan terjun langsung dalam proyek di unit kerja. Berikut adalah daftar pelatihan mandiri yang telah berhasil diselesaikan dengan tingkat kelulusan 100%: 1. Pelatihan Bahasa Tubuh (<i>Body Language</i>) dalam Teknik Presentasi. 2. Pelatihan Membuat Poster Ilmiah yang Memikat 3. Pelatihan Penguasaan Teknik Presentasi Ilmiah dalam durasi 3 menit.
1	18 Februari-20 Februari	Orientasi dan pengenalan lingkungan kerja BRIN, kawasan KST- B.J. Habibie Serpong, pada KR HCIV - PRSDI	Mengikuti kegiatan orientasi dan pengenalan lingkungan kerja di BRIN, khususnya pada KR HCIV - PRSDI Selain itu, mulai melakukan studi literatur awal untuk memahami topik penelitian yang akan diangkat selama kegiatan magang

2	23 Februari – 13 Maret	Penyusunan Judul dan Proposal Penelitian	Menyusun judul penelitian yang kemudian dipresentasikan kepada pembimbing untuk mendapatkan tinjauan, saran, dan masukan. Setelah judul disetujui, dilanjutkan dengan penyusunan proposal penelitian berdasarkan to-do list yang telah dibuat. Proposal yang telah disusun kemudian dipresentasikan kembali untuk memperoleh evaluasi dan perbaikan dari pembimbing.
3	16 Maret – 20 maret	Perancangan panduan wawancara (<i>Empathize</i>)	Menyusun pertanyaan wawancara semi-terstruktur
4	23 Maret – 2 April	Pelaksanaan observasi dan wawancara mendalam	Melakukan Observasi dan Wawancara terhadap 10 mahasiswa UIN SMH Banten
5	6 April – 24 April	Analisis tematik data menggunakan Atlas.ti (<i>Define</i>)	Coding, pembentukan sub tema dan tema akhir
6	27 April – 29 Mei	Perancangan UI/UX menggunakan Figma (<i>Ideate & Prototype</i>)	Desain tampilan fitur curhat anonim, <i>mood tracking</i> , relaksasi, ruang spiritual
7	2 Juni - 5 Juni	Pengujian <i>prototype</i> dengan <i>System</i> <i>Usability Scale</i>	Pengujian kepada 10 responden mahasiswa

8	8 Juni – 19 Juni	Analisis hasil SUS dan penyusunan laporan	Pengolahan data SUS dan dokumentasi hasil Magang
9	22 Juni - 3 Juli	Menyusun Laporan Akhir BRIN MBKM	Menyusun Laporan Akhir MBKM BRIN kemudian dikumpulkan kepada pembimbing lapangan dan mendapatkan saran masukan serta revisi
10	14 Juli	Evaluasi Akhir MBKM BRIN	Evaluasi Akhir MBKM BRIN
11	16 Juli	Upload Laporan Akhir MBKM BRIN	Mengupload Laporan Akhir MBKM BRIN melalui Website ELSA

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

KR HCIV - PRSDI Selanjutnya dilakukan studi literatur yang mendalam mengenai konsep *Human Computer Interaction*, *Design Thinking*, stres akademik, serta *well-being* mahasiswa. Tahapan *empathize* dilaksanakan melalui observasi dan wawancara mendalam kepada 10 mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang pernah atau sedang mengalami stres akademik. Profil responden disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Profil Responden

Kode	Kelamin	Semester	Aktivitas
R1	Perempuan	6	Kuliah, Magang
R2	Laki-laki	8	Skripsi, Tes (TOEFL, TOAFL, dan tes IT), Organisasi
R3	Laki-laki	6	Kuliah, Organisasi, Magang
R4	Laki-laki	8	Skripsi
R5	Perempuan	6	Kuliah, Organisasi, Magang

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

4.2 Permasalahan yang Ditemukan

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan selama Magang, ditemukan beberapa permasalahan utama yang dihadapi mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten dalam konteks stres akademik, antara lain:

1. Tingginya beban akademik berupa tugas yang menumpuk, revisian skripsi yang berulang, serta tenggat waktu yang padat menyebabkan tekanan psikologis yang signifikan pada sebagian besar responden.
2. Faktor internal seperti prokrastinasi, manajemen waktu yang buruk, dan rendahnya motivasi memperburuk kondisi stres yang sudah ada.
3. Keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan secara terbuka akibat rasa takut dihakimi dan kekhawatiran terhadap privasi (penyebaran informasi pribadi). Sebagian mahasiswa memilih untuk memendam perasaan daripada berbagi cerita.
4. Platform digital yang tersedia bersifat umum dan belum dirancang secara khusus untuk memenuhi kebutuhan emosional mahasiswa dalam konteks tekanan akademik.
5. Strategi *coping* yang digunakan mahasiswa umumnya bersifat sementara (distraksi) dan belum mampu menyelesaikan akar permasalahan stres.

4.3 Metode Penyelesaian Masalah

Untuk mengatasi permasalahan yang ditemukan, dilakukan serangkaian langkah penyelesaian yang terintegrasi dalam tahapan *Design Thinking*, sebagai berikut:

1. Tahap *Empathize*: Melakukan observasi dan wawancara mendalam kepada 10 mahasiswa untuk memahami secara holistik pengalaman stres akademik yang mereka hadapi. Kutipan representatif dari wawancara disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Kutipan Wawancara Responden

Kutipan Jawaban	Kode Responden
“Saya merasa butuh fitur curhat AI, karena tidak semua orang nyaman cerita langsung.”	R1
“Saya merasa kurang terhadap curhat AI, karena mahasiswa sekarang lebih suka mendengarkan lagu, scroll sosmed, kalau untuk membuka aplikasi lain sepertinya akan malas.”	R3
“Saya pernah merasa tidak mau cerita kepada orang lain. Karena kadang takut dinilai buruk atau takut cerita kita disebar ke orang lain. Jadi lebih baik dipendam sendiri.”	R5
“Saya sering menunda-nunda tugas dan akhirnya keteteran.”	R1

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

2. Tahap *Define*: Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis tematik *hybrid* dengan bantuan perangkat lunak Atlas.ti. Proses *coding* menghasilkan 99 kode awal yang kemudian diseleksi dan dikelompokkan.
3. Tahap *Ideate*: Berdasarkan temuan analisis, dilakukan perancangan ide solusi berupa fitur-fitur platform yang menjawab kebutuhan spesifik mahasiswa.
4. Tahap *Prototype*: Ide yang telah dirancang diwujudkan dalam bentuk desain UI/UX dan *prototype* menggunakan Figma, dengan memperhatikan prinsip *Human-Centered Design*.
5. Tahap *Test*: *Prototype* diuji kepada 10 responden menggunakan *System Usability Scale* (SUS) untuk mengukur tingkat *usability* dan penerimaan pengguna.

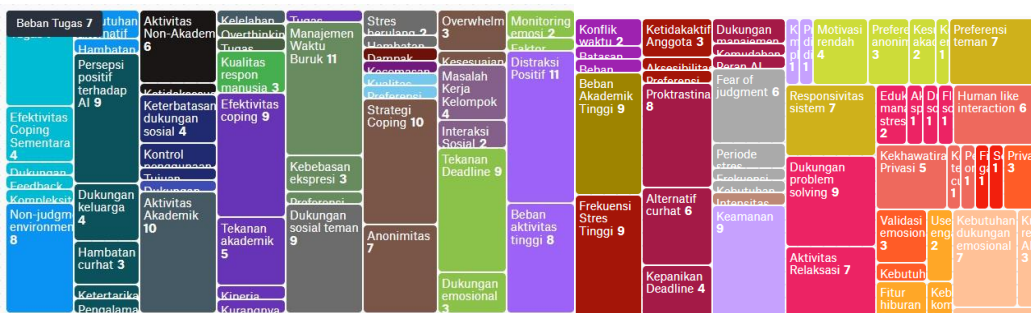
4.4 Hasil Pelaksanaan Magang

4.4.1 Hasil Analisis Tematik

Analisis tematik dilakukan terhadap data wawancara dari 10 mahasiswa menggunakan perangkat lunak Atlas.ti. Proses analisis mencakup tahapan

familiarisation data, pengkodean awal, penyusunan tema awal, pengembangan dan peninjauan tema, serta penetapan tema akhir.

Pada tahap *familiarisation data*, penulis membaca secara menyeluruh seluruh transkrip wawancara untuk memperoleh pemahaman mendalam terhadap data. Selanjutnya, pada tahap pengkodean, proses coding menghasilkan 99 kode awal yang mencerminkan berbagai aspek pengalaman mahasiswa terkait stres akademik.



Gambar 1. Hasil Coding di Atlas.ti

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Sebagai representasi data mentah yang diperoleh, 20 contoh kode awal beserta contoh pernyataan disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil *Coding Awal* (20 Contoh Kode)

No	Kode (<i>Initial Code</i>)	Contoh Pernyataan
1	Aktivitas akademik	“Aktivitasku sebagai mahasiswa fokus terhadap pengerjaan skripsi.”
2	Aktivitas non-akademik	“Masih aktif di organisasi, memberi saran dan masukan.”
3	Beban akademik tinggi	“Tugas akhir dan revisi skripsi bikin stres.”

No	Kode (<i>Initial Code</i>)	Contoh Pernyataan
4	Tekanan akademik	“Stres ketika otak sudah mentok saat mengerjakan skripsi.”
5	Frekuensi stres sedang	“Dalam seminggu pasti 2 kali stres.”
6	Frekuensi stres tinggi	“Hampir setiap hari stres.”
7	Kesulitan akademik	“Revisian skripsi yang bisa berkali-kali.”
8	Hambatan akademik	“Dosen susah ditemui karena dinas.”
9	Manajemen waktu buruk	“Susah sekali mengatur waktu.”
10	Prokrastinasi	“Menunda-nunda tugas.”
11	Motivasi rendah	“Masih ada ego ingin bermain-main.”
12	Kelelahan mental	“Otak sudah mentok dan blank.”
13	Strategi <i>coping</i>	“Mengobrol dengan teman, bermain game, olahraga.”
14	Aktivitas relaksasi	“Jalan-jalan naik motor keliling.”
15	Distraksi positif	“onton YouTube, mendengarkan musik.”
16	Efektivitas coping sementara	“Cukup membantu karena tidak mengurangi stres meskipun sementara.”
17	Dukungan sosial teman	“Ngobrol dengan teman.”
18	Dukungan keluarga	“Biasanya saya mengobrol dengan Kakak.”
19	Dukungan spiritual	“Lebih baik diceritakan kepada Tuhan.”
20	Hambatan curhat	“Takut dihakimi dan orang tidak peka.”

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Berdasarkan hasil analisis menggunakan Atlas.ti, diperoleh 12 sub tema dengan distribusi frekuensi yang bervariasi. Distribusi frekuensi seluruh sub tema disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sub Tema Awal

Tema Awal	Frekuensi
Aktivitas dan Peran Mahasiswa	21
Dukungan Profesional & Keamanan Lanjutan	4
Dukungan Sosial dan Emosional	32
Efektivitas dan Dampak Coping	17
Faktor Internal Pemicu Stres	42
Hambatan dalam Curhat	17
Hambatan Penggunaan Platform	3
Kebutuhan Fitur Platform	59
Penyebab Stres Akademik	34
Persepsi dan Preferensi Media Curhat	13
Persepsi terhadap AI	21
Strategi Coping Mahasiswa	22

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Tingginya frekuensi pada sub theme Kebutuhan Fitur Platform (59 kutipan) mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki ekspektasi yang spesifik terhadap fitur yang diinginkan dalam platform digital. Frekuensi tinggi pada Faktor Internal Pemicu Stres (42 kutipan) menunjukkan bahwa prokrastinasi dan manajemen waktu yang buruk merupakan isu sentral. Sementara rendahnya frekuensi pada sub theme Hambatan Penggunaan Platform (3 kutipan) mengindikasikan bahwa mahasiswa secara umum terbuka terhadap penggunaan platform digital.

Selanjutnya, dilakukan pengembangan dan peninjauan tema dengan memetakan 12 sub tema tersebut terhadap dua kerangka teori acuan, yaitu *Transactional Model of Stress and Coping* (Lazarus & Folkman, 1984) dan

Technology Acceptance Model/TAM (Davis, 1989). Pemetaan sub tema disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Pemetaan Sub Tema dengan Teori Acuan

Sub Tema	Konsep Teori	Sumber
Penyebab Stres Akademik	<i>Academic Stress</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19], Yang et al. (2021) [21]
Faktor Internal Pemicu Stres	<i>Primary Appraisal</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19], Obbarius et al. (2021) [22]
Aktivitas dan Peran Mahasiswa	<i>Primary Appraisal</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19], Obbarius et al. (2021) [22]
Strategi Coping Mahasiswa	<i>Emotion-focused Coping</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19], Virgianto et al (2023) [23]
Efektivitas dan Dampak Coping	<i>Outcome of Coping</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19]
Dukungan Sosial dan Emosional	<i>Secondary Appraisal</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19], Obbarius et al. (2021) [22]
Hambatan dalam Curhat	<i>Evasive Coping</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19]
Persepsi Media Curhat	<i>Perceived Usefulness</i>	Davis (1989) [20]
Persepsi terhadap AI	<i>Perceived Usefulness & Trust</i>	Davis (1989) [20]
Kebutuhan Fitur Platform	<i>Perceived Ease of Use</i>	Davis (1989) [20]
Hambatan Penggunaan Platform	<i>Perceived Ease of Use</i>	Davis (1989) [20]
Dukungan Profesional	<i>Instrumental/Professional Support-Seeking Coping</i>	Lazarus & Folkman (1984) [19]

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Berdasarkan kesamaan domain konseptual pada Tabel 6, dilakukan pengelompokan 12 sub tema menjadi 3 tema utama yang disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Hasil Tema Akhir

Tema	Kode	Sub Tema	Deskripsi
Stress Akademik	SA1	Penyebab Stres Akademik	Faktor eksternal dari tugas, deadline, dan sistem akademik
	SA2	Faktor Internal Pemicu Stres	Faktor internal seperti prokrastinasi dan manajemen waktu
	SA3	Aktivitas dan Peran Mahasiswa	Kondisi aktivitas mahasiswa yang memicu beban
Penanganan Stres	PS1	Strategic Coping	Cara mahasiswa mengatasi stres
	PS2	Efektivitas dan Dampak Coping	Dampak dari strategi coping yang dilakukan
	PS3	Dukungan Sosial dan Emosional	Sumber dukungan mahasiswa
	PS4	Hambatan dalam Curhat	Faktor penghambat mahasiswa untuk terbuka
Penerimaan Platform Digital	PPD1	Persepsi & Preferensi Media Curhat	Pilihan media curhat mahasiswa
	PPD2	Persepsi terhadap AI	Penilaian mahasiswa terhadap AI
	PPD3	Kebutuhan Fitur Platform	Fitur yang diharapkan dalam aplikasi
	PPD4	Hambatan Penggunaan Platform	Alasan aplikasi tidak digunakan
	PPD5	Dukungan Profesional & Keamanan	Kebutuhan keamanan dan bantuan profesional

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Tema Stres Akademik (SA1–SA3) menggambarkan berbagai tekanan akademik yang berasal dari faktor eksternal, seperti beban tugas dan deadline, maupun faktor internal, seperti prokrastinasi dan rendahnya kemampuan manajemen waktu. Temuan ini selaras dengan konsep academic stress dan primary appraisal dalam Transactional Model of Stress and Coping yang menjelaskan bahwa individu terlebih dahulu menilai suatu situasi sebagai ancaman sebelum memunculkan respons stres [19], dan diperkuat oleh Obbarius et al. (2021) [22] serta Yang, Chen, & Chen (2021) [21] yang secara empiris mengonfirmasi peran academic stress dan primary appraisal terhadap tingkat stres mahasiswa. Tema Penanganan Stres (PS1–PS4) menunjukkan bahwa mahasiswa menerapkan berbagai strategi coping, seperti distraksi positif, mencari dukungan sosial, maupun pendekatan spiritual. Namun, sebagian responden juga mengalami hambatan untuk bercerita karena takut dihakimi sehingga memilih menghindari interaksi sosial. Temuan tersebut sesuai dengan konsep emotion-focused coping, secondary appraisal, dan evasive coping yang dijelaskan oleh Lazarus & Folkman [19], diperkuat secara empiris oleh Obbarius et al. (2021) [22], serta oleh penelitian Virgianto dkk. (2023) [23]. Tema Penerimaan Platform Digital (PPD1–PPD5) menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki persepsi positif terhadap penggunaan platform digital sebagai media pendukung kesehatan mental. Kebutuhan terhadap fitur yang mudah digunakan, bermanfaat, aman, dan mampu menjaga anonimitas pengguna sejalan dengan konstruk Perceived Usefulness, Perceived Ease of Use pada Technology Acceptance Model (TAM) yang dikemukakan Davis [20].

4.4.2 Hasil Perancangan Prototype

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, *prototype* platform RuangHasan dirancang menggunakan Figma dengan mengintegrasikan empat fitur utama yang merespons kebutuhan spesifik mahasiswa. Perancangan dilakukan dengan memperhatikan prinsip *Human-Centered Design* (HCD) yang menekankan kemudahan penggunaan, aksesibilitas, dan kenyamanan emosional pengguna.

1. Fitur Curhat Anonim (AI Chat Empatik)

Fitur ini memungkinkan mahasiswa untuk mengekspresikan perasaan dan permasalahan akademik secara anonim tanpa rasa takut dihakimi. AI dirancang untuk memberikan respons empatik yang memvalidasi emosi pengguna sebelum memberikan saran. Fitur ini menjawab hambatan utama yang ditemukan dalam wawancara, yaitu rasa takut akan penilaian sosial dan kekhawatiran terhadap privasi.

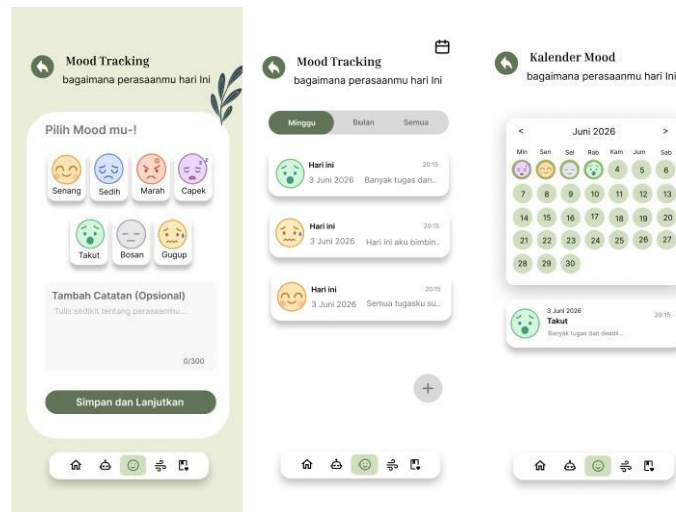


Gambar 1. Fitur Curhat Anonim

Sumber: Dokumentasi Penulis, 2026

2. Fitur Mood Tracking

Fitur *mood tracking* memungkinkan mahasiswa memantau kondisi emosional secara berkala. Pemantauan suasana hati secara rutin terbukti meningkatkan emotional *self-awareness* dan membantu individu mengidentifikasi pola stres yang berulang. Tampilan dirancang secara visual dan intuitif.

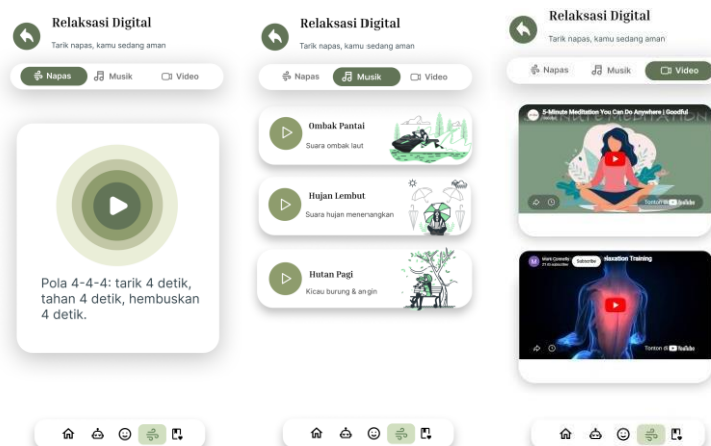


Gambar 2. Fitur Mood Tracking

Sumber: Dokumentasi Penulis, 2026

3. Fitur Relaksasi Digital

Fitur ini menyediakan konten relaksasi seperti panduan pernapasan, musik ambient, dan visualisasi meditatif. Teknik relaksasi berbasis digital, termasuk mindfulness dan pernapasan terpandu, terbukti efektif dalam menurunkan tingkat stres akut pada mahasiswa.

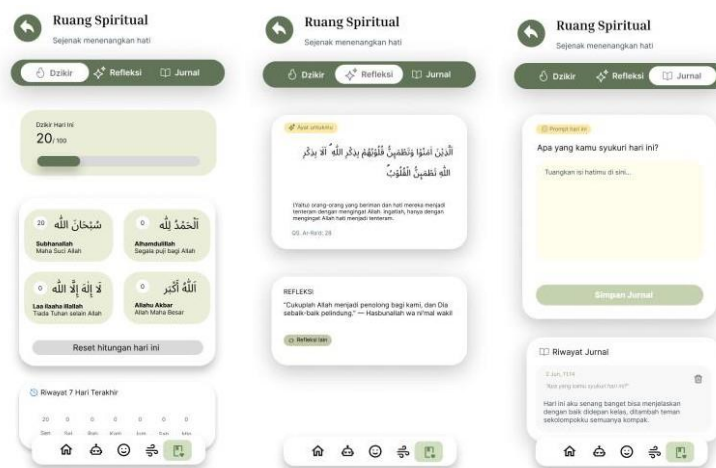


Gambar 3. Fitur Relaksasi Digital

Sumber: Dokumentasi Penulis, 2026

4. Fitur Ruang Spiritual

Fitur ini mengakomodasi preferensi sebagian mahasiswa yang menggunakan pendekatan spiritual sebagai strategi *coping*. Fitur ini menyediakan konten refleksi, doa, dan dzikir. Penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas berperan signifikan sebagai pelindung terhadap dampak negatif stres akademik, terutama pada populasi mahasiswa Muslim.



Gambar 4. Fitur Ruang Spiritual

Sumber: Dokumentasi Penulis, 2026

4.4.3 Hasil Pengujian Prototype (*System Usability Scale*)

Pengujian *prototype* dilakukan kepada 10 responden mahasiswa menggunakan metode *System Usability Scale* (SUS). SUS merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat *usability* suatu sistem melalui 10 item pernyataan menggunakan skala Likert 1–5. Pada penelitian ini, skala Likert terdiri atas 1 (sangat tidak setuju/*strongly disagree*) hingga 5 (sangat setuju/*strongly agree*), di mana semakin tinggi nilai yang diberikan responden menunjukkan tingkat kepuasan dan penerimaan yang semakin baik terhadap *prototype* yang diuji [24]. Dalam metode SUS, pernyataan bernomor ganjil (Q1, Q3, Q5, Q7, dan Q9) merupakan pernyataan positif sehingga skor kontribusinya diperoleh dengan mengurangi nilai jawaban responden sebesar 1, sedangkan pernyataan bernomor genap (Q2, Q4, Q6,

Q8, dan Q10) merupakan pernyataan negatif sehingga skor kontribusinya dihitung dengan mengurangi nilai 5 dengan nilai jawaban responden [25]. Selanjutnya, seluruh skor kontribusi dijumlahkan dan hasilnya dikalikan dengan 2,5 untuk memperoleh skor SUS pada rentang 0–100 [25]. Interpretasi skor SUS pada penelitian ini mengacu pada kategori penilaian, yaitu skor ≥ 86 (*Best Imaginable*), 72–85 (*Excellent*), 52–71 (*Good*), 38–51 (*OK/Fair*), 25–37 (*Poor*), dan < 25 (*Worst Imaginable*) [26]. Hasil pengujian usability menggunakan metode SUS ditampilkan pada Tabel 8.

Tabel 8. Hasil Skor SUS per Responden

Responden	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Skor SUS
R1	3	2	5	2	5	2	5	2	5	2	82,5
R2	4	4	5	2	5	1	4	2	4	4	72,5
R3	4	5	5	4	5	1	5	1	4	4	70,0
R4	4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	72,5
R5	4	2	4	1	3	1	4	2	4	3	75,0
R6	3	1	5	2	5	2	5	2	3	2	80,0
R7	4	3	4	1	4	3	4	2	4	1	75,0
R8	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	60,0
R9	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	60,0
R10	4	3	4	1	4	1	4	1	4	4	75,0
Rata-rata											72,25

Sumber: Data diolah oleh penulis, 2026

Rata-rata skor SUS yang diperoleh adalah 72,25, yang berada pada kategori “Excellent” berdasarkan skala interpretasi SUS. Skor ini menunjukkan bahwa prototype RuangHasan telah memenuhi standar usability yang dapat diterima oleh pengguna.

4.5 Pembahasan

Hasil pelaksanaan Magang ini menunjukkan kesesuaian yang kuat antara temuan lapangan dengan teori yang digunakan sebagai kerangka analisis. Dalam perspektif *Transactional Model of Stress and Coping* (Lazarus & Folkman, 1984)

[19], stres akademik yang dialami mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten bersumber dari dua jenis *stressor*, yaitu *stressor* eksternal (beban tugas, deadline, hambatan akses ke dosen) dan *stressor* internal (prokrastinasi, manajemen waktu buruk, motivasi rendah). Kedua jenis *stressor* ini saling memperkuat dan menghasilkan tekanan kumulatif yang signifikan.

Dalam hal penanganan stres, mahasiswa cenderung menggunakan *emotion-focused coping* berupa distraksi (mendengarkan musik, menonton hiburan, bermain game). Meskipun strategi ini memberikan efek relaksasi secara cepat, sifatnya hanya sementara. Terdapat pula hambatan dalam pemanfaatan dukungan sosial, di mana sebagian mahasiswa memilih untuk tidak mengekspresikan perasaan secara terbuka karena rasa takut dihakimi. Temuan ini sejalan dengan konsep *evasive* dalam model Lazarus & Folkman.

Dari perspektif *Technology Acceptance Model* (Davis, 1989) [20], mahasiswa secara umum memiliki persepsi positif terhadap platform digital sebagai sarana pengelolaan stres (*perceived usefulness*). Namun, terdapat pula kekhawatiran terhadap kemudahan penggunaan (*perceived ease of use*), terutama terkait kerumitan navigasi dan keengganan untuk membuka aplikasi baru. Fitur-fitur yang dirancang dalam *prototype* RuangHasan merespons kedua dimensi TAM tersebut dengan menyediakan antarmuka yang intuitif dan fitur yang secara langsung menjawab kebutuhan emosional pengguna.

Hasil pengujian SUS dengan rata-rata skor 72,25 (kategori *Excellent*) mengkonfirmasi bahwa *prototype* yang dikembangkan telah memenuhi standar usability yang dapat diterima. Distribusi skor berkisar antara 60,0 (R8 dan R9) hingga 82,5 (R1), yang mengindikasikan variasi dalam persepsi kemudahan penggunaan antar responden. Skor terendah pada R8 dan R9 mengisyaratkan perlunya penyederhanaan antarmuka pada beberapa bagian, sementara skor tertinggi pada R1 menunjukkan bahwa sebagian pengguna menemukan sistem ini sangat mudah dan nyaman digunakan.

4.6 Pelajaran yang Diperoleh

Pelaksanaan Magang di BRIN, kawasan KST- B.J. Habibie Serpong, pada KR HCIV - PRSDI memberikan banyak pelajaran berharga yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga mencakup aspek profesional dan interpersonal:

1. Pengetahuan dan keterampilan teknis: penulis memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan metode *Design Thinking*, melakukan analisis tematik menggunakan Atlas.ti, serta merancang *prototype* UI/UX menggunakan Figma. Keterampilan ini memperkuat kompetensi dalam bidang *Human Computer Interaction* yang relevan dengan program studi Informatika.
2. Kemampuan riset kualitatif: proses wawancara mendalam dan analisis tematik hybrid memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai metode penelitian kualitatif dan penggunaannya dalam konteks pengembangan sistem digital.
3. Kerja sama tim dan komunikasi: selama Magang, penulis terlatih untuk berkoordinasi dengan tim peneliti, menyampaikan progres secara berkala, dan menerima masukan konstruktif dari pembimbing lapangan.
4. Kedisiplinan dan manajemen waktu: lingkungan kerja BRIN menuntut kedisiplinan dalam menyelesaikan setiap tahapan penelitian sesuai jadwal yang telah ditetapkan.
5. Pemahaman terhadap isu kesehatan mental mahasiswa: proses wawancara langsung dengan mahasiswa memberikan perspektif yang lebih empatik dan mendalam mengenai tantangan yang mereka hadapi, yang memperkuat motivasi penulis dalam mengembangkan solusi yang benar-benar bermakna.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan Magang yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kegiatan Magang di BRIN, kawasan KST- B.J. Habibie Serpong, pada KR HCIV - PRSDI berjalan dengan baik melalui serangkaian tahapan *Design Thinking* yang terstruktur, mulai dari eksplorasi kebutuhan pengguna hingga pengujian *prototype*.
2. Stres akademik mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten dipengaruhi oleh dua faktor utama. Faktor eksternal meliputi tingginya beban tugas, tenggat waktu yang padat, serta hambatan akses terhadap dosen pembimbing. Faktor internal mencakup prokrastinasi, manajemen waktu yang kurang optimal, serta rendahnya motivasi belajar. Kondisi ini semakin kompleks dengan adanya tuntutan aktivitas non-akademik yang dijalani secara bersamaan.
3. Hasil analisis tematik menghasilkan tiga tema utama, yaitu Stres Akademik, Penanganan Stres, dan Penerimaan Platform Digital, yang menggambarkan secara komprehensif dinamika pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik.
4. *Prototype* platform digital RuangHasan berhasil dirancang dengan mengintegrasikan empat fitur utama, yaitu curhat anonim berbasis AI chat empatik, *mood tracking*, relaksasi digital, dan ruang spiritual, yang dirancang untuk memberikan rasa aman, kenyamanan emosional, serta kemudahan akses bagi pengguna.
5. Hasil pengujian menggunakan *System Usability Scale* (SUS) menunjukkan rata-rata skor sebesar 72,25 yang berada pada kategori *Excellent*, yang mengindikasikan bahwa *prototype* memiliki tingkat *usability* yang sangat baik dan dapat diterima oleh pengguna.

5.2 Keterbatasan

Terdapat beberapa keterbatasan dalam pelaksanaan Magang ini yang perlu diakui:

1. Jumlah responden yang terlibat dalam wawancara terbatas pada 10 mahasiswa, sehingga hasil analisis belum dapat digeneralisasi secara luas.
2. Keterbatasan waktu Magang menyebabkan *prototype* yang dikembangkan masih berada pada tahap desain UI/UX di Figma dan belum sampai pada tahap implementasi penuh sebagai aplikasi yang dapat diunduh.
4. Pengukuran dampak platform terhadap tingkat stres mahasiswa belum dapat dilakukan dalam jangka waktu Magang yang terbatas.

5.3 Implikasi

Hasil Magang ini memiliki beberapa implikasi penting:

1. Bagi mahasiswa: platform RuangHasan memiliki potensi signifikan sebagai media alternatif yang aman dan anonim untuk membantu pengelolaan stres akademik dan peningkatan *well-being*.
2. Bagi BRIN KR HCIV: penelitian ini memperkuat portofolio riset di bidang *Human Computer Interaction*, khususnya dalam pengembangan sistem digital yang berorientasi pada kesehatan mental.
3. Bagi UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten: hasil ini dapat menjadi referensi bagi pihak kampus untuk mempertimbangkan integrasi layanan digital serupa ke dalam sistem dukungan kemahasiswaan resmi.

5.4 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat menjadi pertimbangan:

1. Dari sisi teknis, perlu dilakukan penyederhanaan alur navigasi terutama pada fitur-fitur yang membutuhkan beberapa langkah sebelum mencapai konten utama. Konsistensi elemen antarmuka juga perlu ditingkatkan agar pengguna dengan berbagai latar belakang dapat menggunakan platform secara mandiri.

2. Dari sisi fitur dan konten, platform RuangHasan perlu mempertimbangkan penambahan fitur komunitas anonim agar mahasiswa dapat saling berbagi pengalaman dan dukungan dalam lingkungan yang aman. Respons AI juga perlu terus disempurnakan agar terasa lebih natural dan *human-like*.
3. Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk mengintegrasikan platform serupa ke dalam layanan kemahasiswaan sebagai bagian dari sistem dukungan kesehatan mental resmi di lingkungan kampus.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melanjutkan penelitian ini ke tahap pengembangan penuh dengan menguji platform pada sampel yang lebih besar serta mempertimbangkan pengukuran dampak jangka panjang menggunakan instrumen psikologis yang terstandar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] F. U. N. Erindana, H. F. Nashori, and M. N. F. Tasaufi, "PENYESUAIAN DIRI DAN STRES AKADEMIK MAHASISWA TAHUN PERTAMA," *MOTIVA: JURNAL PSIKOLOGI*, vol. 4, no. 1, p. 11, Apr. 2021, doi: 10.31293/mv.v4i1.5303.
- [2] R. K. Djoar and A. P. M. Anggarani, "FAKTOR - FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRESS AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR," *Jambura Health and Sport Journal*, vol. 6, no. 1, pp. 52–59, Feb. 2024, doi: 10.37311/jhsj.v6i1.24064.
- [3] N. L. K. D. D. L. Antara, K. I. Purnomo, and M. K. W. Giri, "HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN RESILIENSI MAHASISWA S1 DI INDONESIA : TINJAUAN LITERATUR," *Jurnal Kesehatan Tambusai*, vol. 6, no. 4, pp. 16390–16396, Dec. 2025, doi: 10.31004/jkt.v6i4.53348.

- [4] A. Rachmawati, S. Suhadianto, and H. Pratikto, “Stres akademik dan cyberslacking pada mahasiswa,” *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, vol. 2, no. 2, May 2024, doi: 10.30996/jiwa.v2i2.10713.
- [5] L. Anggraeni, “KAJIAN KEPUSTAKAAN SISTEMATIS (SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW) TENTANG KEBAHAGIAAN (HAPPINESS) DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (SUBJECTIVE WELL-BEING) MAHASISWA PERGURUAN TINGGI DI NEGARA BERKEMBANG & MAJU DARI TAHUN 2020 – S/D. 2024,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, vol. 10, no. 1, pp. 38–77, May 2024, doi: 10.56861/jikkbh.v10i1.134.
- [6] E. S. Gisela, E. A. Kinkie, A. Sabbilla, and U. Subroto, “Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus,” *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, vol. 5, no. 1, pp. 331–341, Jan. 2025, doi: 10.37481/jmh.v5i1.1179.
- [7] N. Darmawan, “PENERAPAN METODE DESIGN THINKING DALAM PERANCANGAN APLIKASI MOBILE MINDCARE UNTUK DUKUNGAN KESEHATAN MENTAL DI INDONESIA,” *Jurnal Informatika dan Teknik Elektro Terapan*, vol. 13, no. 3S1, Nov. 2025, doi: 10.23960/jitet.v13i3S1.8278.
- [8] R. Purwaningrum, “Pengembangan Platform Digital Terpadu Untuk Pengelolaan Kesejahteraan Psikologis Guru BK: Analisis Kebutuhan,” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, vol. 11, no. 2, pp. 113–121, 2022, doi: 10.15294/ijgc.v11i2.60855.
- [9] I. Rahmat Azhar and N. Chalik Azhar, “PERANCANGAN UI/UX APLIKASI KESEHATAN MENTAL MENGGUNAKAN METODE DESIGN THINIKING STUDI KASUS MAHASISWA KOST UHAMKA,” *JATI (Jurnal Mahasiswa Teknik Informatika)*, vol. 9, no. 3, pp. 4310–4317, May 2025, doi: 10.36040/jati.v9i3.13641.
- [10] G. Barbayannis, M. Bandari, X. Zheng, H. Baquerizo, K. W. Pecor, and X. Ming, “Academic Stress and Mental Well-Being in College Students:

- Correlations, Affected Groups, and COVID-19,” *Front. Psychol.*, vol. 13, May 2022, doi: 10.3389/fpsyg.2022.886344.
- [11] R. Zhavira and L. S. Palupi, “Ketangguhan Akademis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa,” *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, vol. 7, no. 2, pp. 145–155, Dec. 2022, doi: 10.20473/jpkm.v7i22022.145-155.
- [12] N. Marfuatunnisa and M. Sandjaja, “Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Indonesia Ditinjau dari Academic Help-seeking dan Resiliensi Akademik,” *Jurnal Diversita*, vol. 9, no. 2, pp. 218–227, Dec. 2023, doi: 10.31289/diversita.v9i2.9356.
- [13] Y. Yanfi and P. D. Nusantara, “UI/UX design prototype for mobile community-based course,” *Procedia Comput. Sci.*, vol. 216, pp. 431–441, 2023, doi: 10.1016/j.procs.2022.12.155.
- [14] J. Lorincz, K. Barišić, and V. Vlahović, “Usability Testing and the System Usability Scale Effectiveness Assessment on Different Sensing Devices of Prototype and Live Web System Counterpart,” *Sensors*, vol. 26, no. 2, p. 679, Jan. 2026, doi: 10.3390/s26020679.
- [15] Handika Wahyu Jatmiko, Yudi Wibowo, and Arif Yulianto, “Penerapan Metode Design Thinking untuk Perancangan Prototipe Learning Management System Prakerja di HiColleagues,” *Jurnal Riset Rumpun Seni, Desain dan Media*, vol. 4, no. 1, pp. 191–210, Apr. 2025, doi: 10.55606/jurrsendem.v4i1.4964.
- [16] R. F. Dam, “The 5 Stages in the Design Thinking Process.” Accessed: Apr. 20, 2026. [Online]. Available: <https://www.interaction-design.org/literature/article/5-stages-in-the-design-thinking-process>
- [17] Ulva Putri Ramadani, Raudhotul Muthmainnah, Nisa Ulhilma, Azzah Wazabirah, Rully Hidayatullah, and H. Harmonedi, “Strategi Penentuan Populasi dan Sampel dalam Penelitian Pendidikan: Antara Validitas dan Representativitas,” *Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, vol. 3, no. 2, pp. 574–585, May 2025, doi: 10.61104/jq.v3i2.1021.

- [18] BINUS Higher Education, “Memahami Thematic Analysis: Panduan Praktis untuk Mahasiswa,” BINUS Higher Education. Accessed: Apr. 27, 2026. [Online]. Available: <https://binus.ac.id/malang/communication/2025/03/01/memahami-thematic-analysis-panduan-praktis-untuk-mahasiswa/>
- [19] R. S. Lazarus and S. Folkman, *Stress, appraisal, and coping*. Springer, 1984.
- [20] F. D. Davis, “Perceived Usefulness, Perceived Ease of Use, and User Acceptance of Information Technology,” *MIS Quarterly*, vol. 13, no. 3, pp. 319–340, Sep. 1989, doi: 10.2307/249008.
- [21] C. Yang, A. Chen, and Y. Chen, “College students’ stress and health in the COVID-19 pandemic: The role of academic workload, separation from school, and fears of contagion,” *PLoS One*, vol. 16, no. 2, p. e0246676, Feb. 2021, doi: 10.1371/journal.pone.0246676.
- [22] N. Obbarius, F. Fischer, G. Liegl, A. Obbarius, and M. Rose, “A Modified Version of the Transactional Stress Concept According to Lazarus and Folkman Was Confirmed in a Psychosomatic Inpatient Sample,” *Front. Psychol.*, vol. 12, Mar. 2021, doi: 10.3389/fpsyg.2021.584333.
- [23] F. A. Virgianto, J. Pranida, M. A. Liana, M. Z. D. Atmaja, and M. H. Avezahra, “Strategi Coping stress pada Mahasiswa yang Mengikuti Organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang,” *Flourishing Journal*, vol. 2, no. 9, pp. 625–633, Mar. 2023, doi: 10.17977/um070v2i92022p625-633.
- [24] Y. Widyastuti and S. Hidayatulloh, “Analisa Usability Testing Pada Aplikasi Mobile Penjualan Retail Menggunakan Metode System Usability Scale (SUS),” *Reputasi: Jurnal Rekayasa Perangkat Lunak*, vol. 4, no. 2, pp. 74–83, Dec. 2023, doi: 10.31294/reputasi.v4i2.2341.
- [25] H. Wijayanto, Y. K. Kumarahadi, and I. A. Prabowo, “IMPLEMENTASI MODEL WATERFALL DAN PENGUJIAN SYSTEM USABILITY SCALE (SUS) PADA PEMBUATAN WEBSITE PROGRAM STUDI INFORMATIKA BERBASIS WORDPRESS,” *Indonesian Journal of*

Business Intelligence (IJUBI), vol. 6, no. 1, Jun. 2023, doi: 10.21927/ijubi.v6i1.3375.

- [26] M. Akbar, “Evaluasi menggunakan metode System Usability Scale (SUS) pada Webiste Swajar MOOC PPPK,” *Jurnal Sistem Informasi (TEKNOFILE)*, vol. 3, pp. 283–290, 2025.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil dan Dokumentasi Kegiatan Magang

- Bimbingan Pekan Pertemuan 1 sampai 10



Gambar 1. Pertemuan 1



Gambar 2. Pertemuan 2



Gambar 3. Pertemuan 3



Gambar 4. Pertemuan 4



Gambar 5. Pertemuan 5



Gambar 6. Pertemuan 6



Gambar 7. Pertemuan 7



Gambar 8. Pertemuan 8



Gambar 9. Pertemuan 9



Gambar 10. Pertemuan 10

- **Orientasi dan pengenalan lingkungan kerja BRIN Pusat Riset Sains Data dan Informasi, kelompok riset Human Computer Interaction and Visualisation**



Gambar 11. Orientasi dan Pengenalan Lingkungan kerja BRIN PRSDI-KR HCI

- **Foto Bersama Ketua Pusat Riset Sains Data dan Informasi**



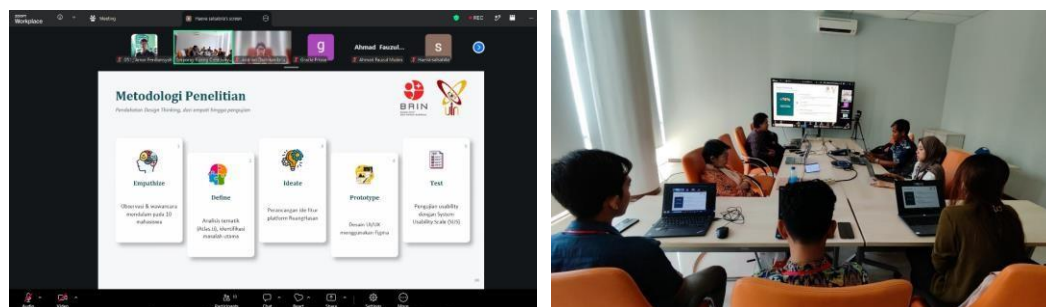
Gambar 12. Foto Bersama Ketua PRSDI

- **Monitoring Mahasiswa Magang Program Studi Informatika**



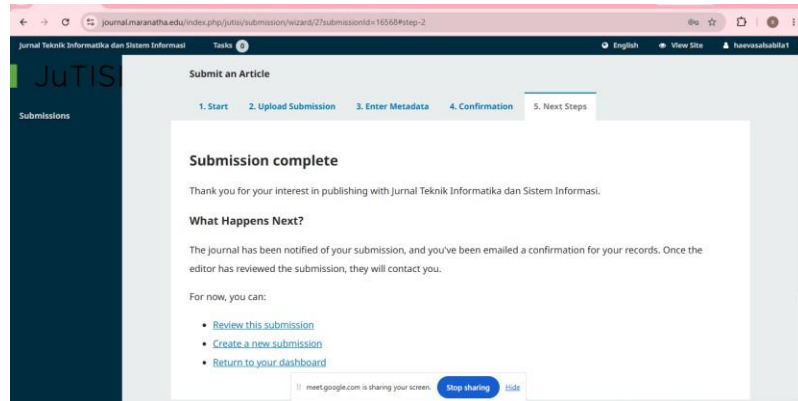
Gambar 13. Monitoring Magang Program Studi Informatika

- **Evaluasi Akhir Program Magang BRIN**



Gambar 14. Presentasi Hasil Kerja Magang

- **Jurnal**



Gambar 15. Bukti Submit Jurnal

Lampiran 2. Panduan Wawancara

Berikut adalah panduan pertanyaan wawancara semi-terstruktur yang digunakan dalam tahap empathize:

1. Bisa ceritakan aktivitas kamu sehari-hari sebagai mahasiswa? (misalnya kuliah, tugas, organisasi, atau kegiatan lainnya)
2. Apa saja hal yang biasanya membuat kamu merasa stres selama kuliah?
3. Seberapa sering kamu merasa stres karena tugas atau deadline?
4. Menurut kamu, apa penyebab utama stres yang kamu rasakan? (misalnya tugas, deadline, atau teman kelompok)
5. Apakah kamu pernah merasa kesulitan mengatur waktu? Kenapa?
6. Biasanya kamu melakukan apa untuk mengurangi stres?
7. Apakah cara tersebut cukup membantu? Kenapa?
8. Kamu biasanya cerita atau curhat ke siapa kalau lagi ada masalah?
9. Pernah gak kamu merasa butuh tempat curhat tapi gak enak ke orang lain? alasannya?(missal : takut ada yang nyebarin)

10. Menurut kamu, apakah mahasiswa butuh platform/aplikasi untuk membantu mengurangi stres?
11. Kalau ada, fitur apa yang kamu harapkan ada di platform tersebut?
12. Kalau ada fitur curhat dengan AI (chat seperti teman), menurut kamu menarik gak?
13. Kamu lebih nyaman curhat ke:
 - Teman
 - Anonim
 - Atau AI? Kenapa?
14. Menurut kamu, apa yang harus ada dalam platform/aplikasi supaya benar-benar bisa membantu mengurangi stres mahasiswa?

Lampiran 3. Lembar Kuesioner SUS

1. System Usability Scale terdiri dari 10 pernyataan berikut dengan skala jawaban 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 5 (Sangat Setuju):
2. Saya pikir saya ingin menggunakan sistem ini lebih sering.
3. Saya menemukan sistem ini terlalu rumit.
4. Saya pikir sistem ini mudah digunakan.
5. Saya pikir saya memerlukan bantuan orang teknis untuk dapat menggunakan sistem ini.
6. Saya menemukan bahwa berbagai fungsi dalam sistem ini terintegrasi dengan baik.
7. Saya menemukan terlalu banyak ketidakkonsistenan dalam sistem ini.
8. Saya bayangkan kebanyakan orang akan belajar menggunakan sistem ini dengan sangat cepat.
9. Saya menemukan sistem ini sangat rumit untuk digunakan.
10. Saya merasa sangat percaya diri menggunakan sistem ini.
11. Saya perlu belajar banyak hal sebelum saya bisa mulai menggunakan sistem ini.