



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 6565-6572

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Penerapan Metode Design Thingking Pada Perancangan *User Interface* Aplikasi Kesehatan di The SEVEN GYM

Elang Samudera<sup>1✉</sup>, Diana Aqidatun Nisa<sup>2</sup>, Bayu Setiawan<sup>3</sup>

Desain Komunikas Visual, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur

Email: [19052010069@student.upnjatim.ac.id](mailto:19052010069@student.upnjatim.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk merancang user interface (UI) pada aplikasi kesehatan di The Seven Gym yang dapat mendorong keseimbangan fisik maupun psikologis dari pengguna. Pendekatan kualitatif dengan metode design thingking, dengan mengidentifikasi kebutuhan pengguna melalui *empathize, define, ideate, prototype, dan test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa desai UI yang melibatkan aspek sensorik seperti warna dan grafik, dapat meningkatkan pengalaman bagi pengguna dalam melacak mengenai kesehatan. Aplikasi diharapkan dapat memotivasi gaya hidup yang lebih sehat secara keseluruhan, mendukung target kesehatan fisik dan kesejahteraan mental sesuai dengan visi The Seven Gym dan berpartisipasi mengenai tujuan dari *sustainable development goals* (SDGs).

Kata Kunci: Aplikasi, *Design Thinking*, Kesehatan, *User Interface*, .

### Abstract

This study aims to design the user interface (UI) of a health application at The Seven Gym to promote users' physical and psychological balance. A qualitative approach was applied using the design thinking method, identifying user needs through the stages of empathize, define, ideate, prototype, and test. The study's findings show that a UI design incorporating sensory aspects, such as color and graphics, can enhance users' experience in tracking their health. The application is expected to motivate a healthier lifestyle overall, supporting physical health targets and mental well-being aligned with The Seven Gym vision and contributing to the goals of the sustainable development goals (SDGs).

Keyword: *Application, Design Thinking, Health, User Interface*

## PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan di Indonesia menjadi urgensi yang perlu dipahami, terutama terkait faktor-faktor pemicu dan upaya pengembangan di sektor kesehatan (Andika et al., 2022; Jatmika & Nurulita, 2022; Nugroho et al., 2021). Permasalahan ini mencakup tidak hanya mengenai kesehatan mental, melainkan kesehatan fisik perlu diperhatikan yang bertujuan untuk mengurangi angka sakit (Fiorillo et al., 2023; Mahindru et al., 2023). Kesehatan dan pendidikan merupakan aspek utama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Kurniati & Efendi, 2012). Berlandaskan *Sustainable Development Goals* (SDGs), diperlukan pengembangan tujuan secara global pada lingkungan, masyarakat dan ekonomi yang tentunya berhubungan dengan teknologi dan informasi (Jones et al., 2017). Salah satunya berfokus pada "*Good Health dan Well-being*" sebagai inti utama untuk mencapai kualitas hidup yang baik (*UN General Assembly*, 2015). Pada sebuah studi menunjukkan bahwa dengan menjaga aktifitas fisik dan menjalankan pola hidup sehat dapat melawan infeksi penyakit dan menghindari dari penyakit metabolik (Atmaja et al., 2021; VanWormer et al., 2017). Selain itu, dengan menerapkan gaya hidup sehat dapat meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*), sehingga hubungan positif terjadi antara individu dengan aspek sosial, emosi dan psikologi (Bin Baz et al., 2023; Mahindru et al., 2023; Rodríguez-Romo et al., 2022).

Konteks penelitian yang berada di The Seven Gym, perancangan *user interface* (UI) yang berkaitan dengan aspek *user interface* (UI) yang ramah pengguna, interaktif, dan informatif yang diharapkan dapat mendorong para pengguna untuk aktif secara fisik serta rutin. *User interface* (UI) memanfaatkan elemen sensorik seperti warna yang menenangkan dan intuitif, serta menciptakan pengalaman bagi pengguna menacapai keseimbangan fisik dan psikologi.

Penelitian ini bertujuan untuk merancang *user interface* (UI) pada aplikasi kesehatan di The Seven Gym yang secara psikologis dapat meningkatkan pengalaman dan kesejahteraan penggunanya. Penelitian mengidentifikasi bagaimana *user interface* (UI) yang melibatkan elemen sensorik, seperti warna dan cahaya, dapat menciptakan hubungan emosional yang kuat antara pengguna dan aplikasi. Kontribusi yang diharapkan dari penelitian ini adalah terciptanya aplikasi yang tidak hanya membantu pengguna mencapai tujuan kesehatan fisik, akan tetapi, mendukung keseimbangan psikologi dan kesejahteraan secara keseluruhan, sejalan dengan visi The Seven Gym dan tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs). Era digital ini, memainkan peran strategis dalam mendukung pencapaian SDGs, termasuk di sektor kesehatan pengembangan aplikasi kesehatan berkenaan mengenai *user interface* yang ramah pengguna dengan perspektif psikologi di The Seven Gym dapat menjadi inovasi

antara hubungan manusia dengan teknologi, khusus dalam konteks *Human Computer Interaction* (HCI) (Wiwesa, 2021; Jamilah & Padmasari, 2022).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *design thinking* dalam merancang *user interface* (UI) pada aplikasi kesehatan di The Seven Gym. Perancangan ini menggunakan tahapan pada *design thinking* yaitu *emphatize*, *define*, *ideate*, *prototype*, dan *testing* (Anggraini & Nurhadi, 2023). Metode *design thinking* merupakan suatu cara untuk menyelesaikan suatu masalah secara kualitatif, dengan cara memahami pemasalahan dari perseptif pengguna (*emphatize*), perumusan masalah (*define*), perumasahan masalah yang didapat dapat dikembangkan menjadi ide-ide (*ideate*), pembauatan prototipe (*prototype*), tahapan terakhir merupakan pengujian dari *prototype* yang dirancang (*testing*) (Foster, 2021). Pendekatan kualitatif merupakan mendekat yang berasal dari suatu artikel sehingga peneliti melakukan observasi dan wawancara sehingga dapat memfokus pada suatu kelompok yang akan diteliti, dari penelitian kualitatif terdapat *results* yang akan menjadi jawaban akan suatu fenomena ataupun permasalahan yang terjadi (Busetto et al., 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Memfokuskan pada pusat kebugaran untuk identifikasi kebutuhan para pelanggan di The Seven Gym menggunakan metode *design thinking*. Hasil dari metode dalam perancangan *user interface* (UI) sebagai berikut:

#### 1. Emphatize

Emphatize merupakan tahapan mengidentifikasi masalah dari pengguna yang berkaitan berkenaan kebutuhan, tujuan, dan kebermanfaat jangka panjang, tahapan ini bahagian yang terpenting dalam penelitian dalam memahami permasalahan pengguna (Pratama et al., 2024). Wawancara yang dilakukan para tahapan ini untuk memahami dan mengetahui keinginan pengguna yang berada di The Seven Gym, pada tahapan ini memperdalam permasalahan seacar mendalam melalui wawancara serta diperkuat oleh observasi sehingga hasilnya sebagai berikut:

##### a. Wawancara

Wawancara yang ditentukan adalah 20 orang pengguna yang terdapat di The Seven Gym menyatakan bahwa pengguna merasa menjaga kesehatan merupakan aspek yang penting dalam produktifitas harian, agar selalu dapat berkreasi serta menyelesaikan masalah dengan

meningkatkan kualitas hidup. Dari 20 orang menyatakan pada awal melakukan latihan di Gym, merasa kesulitan dalam menggunakan alat-alat pada Gym tersebut. Selain itu, kebanyakan pengguna merasa bahwa penting menjaga kesehatan melalui makanan apa saja yang dimakan melalui pelacakan kalori, sehingga terhindar dari penyakit metabolik salah satunya obesitas.

#### b. Observasi

Pada proses observasi kebanyakan pengguna menghitung kalori yang masuk ke dalam tubuh. Berjalannya proses observasi kebanyakan pelanggan gym tersebut mengalami kesulitan dalam menggunakan alat pada di Gym tersebut. Fenomena ini dipertegas oleh pemilik dari The Seven Gym.

#### 2. Define

Tahapan ini merupakan bentuk *statement problems* yang berasal dari tahapan sebelumnya, dan dapat dikatakan sebagai rumusan masalah, ditunjukkan sebagai berikut:

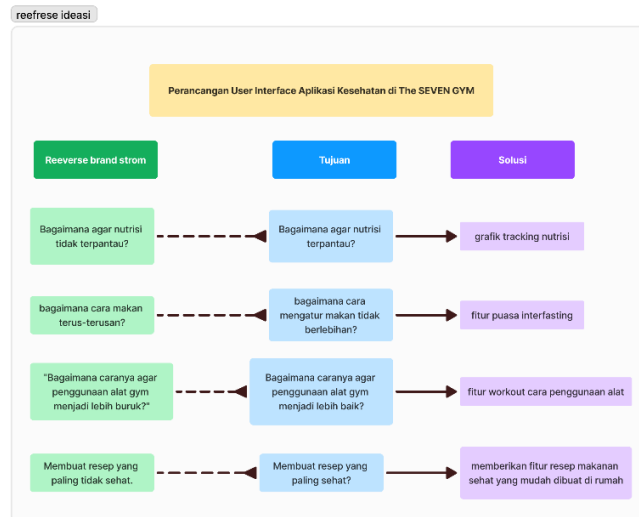
- a. Pengguna membutuhkan cara yang mudah dalam melacak asupan nutrisi harian agar dapat mencapai target kesehatan pribadi.
- b. Kesulitan pengguna mengenai penggunaan alat gym.
- c. Perancangan user interface (UI) mendorong kualitas kesehatan yang lebih baik di level individu, serta adanya fitur untuk mengatur pola makan yang sehat agar dapat mencegah gangguan metabolisme.

#### 3. Ideate

Pada tahap ini penulis mengembangkan berbagai ide untuk fitur dan alur antarmuka sesuai dengan kebutuhan pengguna dengan menggunakan *reverse brainstorming*, ide fitur:

- a. Interfasting Program
- b. Resep Masakan
- c. Workout
- d. Grafik Tracking

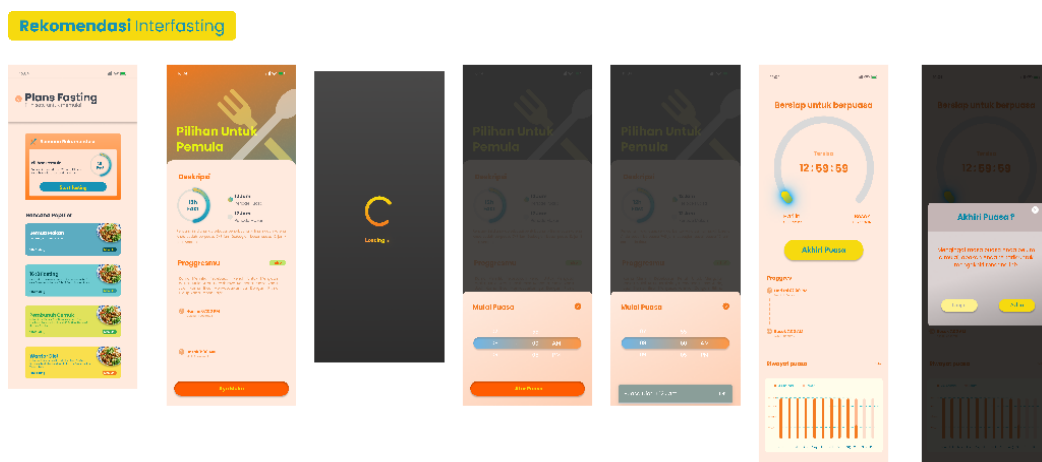
Dengan memantau asupan nutrisi secara konsisten pengguna dapat memperbaiki makanannya secara keseluruhan serta mendukung produktivitas dan kualitas hidup yang berkontribusi pada peningkatan komponen dan kesejahteraan sosial.



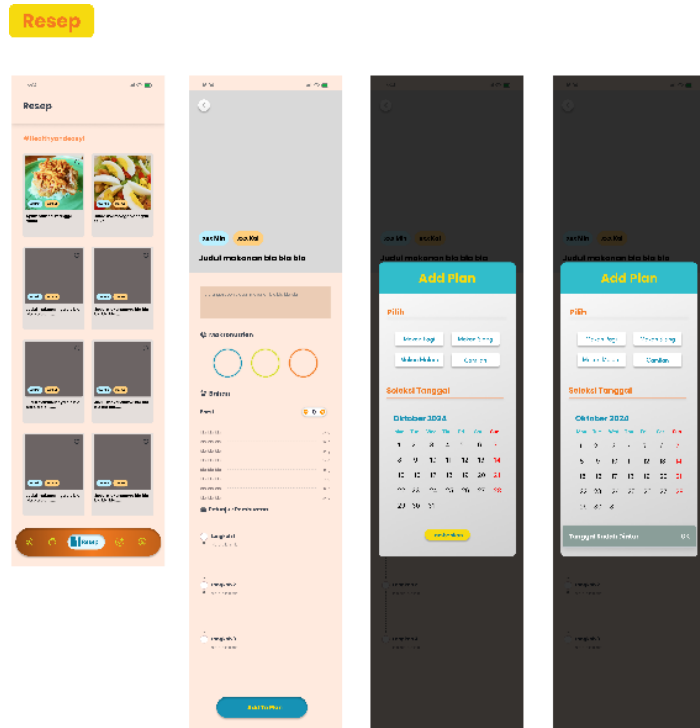
Gambar 1. *Revrese Brainstorming*

#### 4. Prototype

Pada tahap ini dibuat untuk menggambarkan alur penggunaan fitur seperti memasukan data makanan, melihat rekomendasi dan *chek progress*, dalam pembuatan prototype menggunakan aplikasi figma dan perlu membangun grafik yang mudah di baca untuk memantau asupan kalori dan garfik lainnya. Aplikasi yang intuitif dapat mendorong pengguna dalam memperbaiki kebiasaan nutrisi pelanggan Gym dan konsistensi dalam pola makan dapat meningkatnya kesehatan dan kualitas hidup , serta berkontribusi dengan harapan hidup yang lebih tinggi.

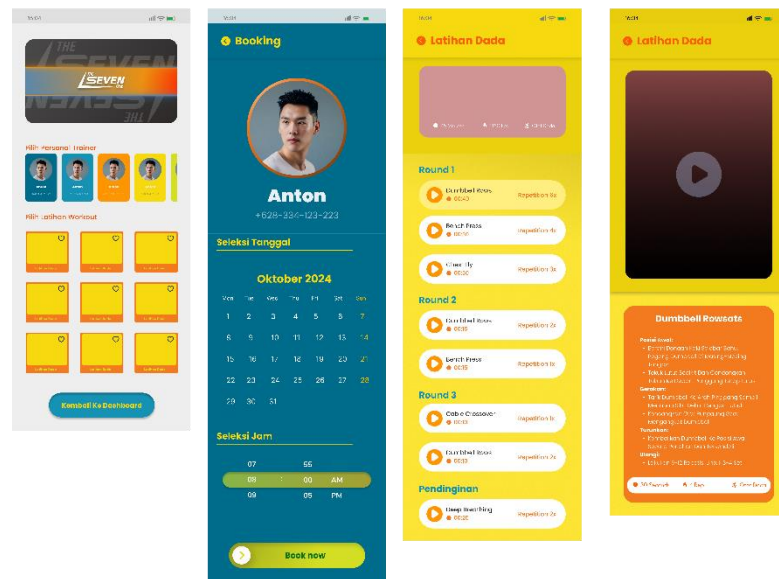


Gambar 2. Program Interfasting



Gambar 3. *User Interface*

**pilihan Workout**



Gambar 3. Gambaran *User Interface* Pada Fitur Workout dan Personal Trainer

5. Testing

Pada tahapan ini berfokus kepada *feedback* untuk mendorong *user interface*. Pada tahap ini *designer* akan mengujikan kepada pengguna dan pakar untuk menilai hasil prototype. Apakah efektif atau tidak dalam penggunaan aplikasi, Dengan literasi berbasis *feedback* aplikasi ini akan lebih efektif membantu pengguna untuk mencapai tujuan kesehatan dan

semakin baik dampaknya ke masyarakat secara umum. Pada aplikasi ini efektif dalam membantu pengguna mengadopsi gaya hidup sehat yang diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan harapan hidup dan produktivitas setiap individu satu dengan yang lainnya.

## SIMPULAN

Secara keseluruhan dalam penelitian memberikan penjelasan bahwa penerapan dalam metode design thinking efektif dalam perancangan *user interface* (UI) pada aplikasi kesehatan yang intuitif dan responsif terhadap kebutuhan dari pengguna di The Seven Gym. Pendekatan kepada pengguna, aplikasi ini dapat mendukung pengguna dalam melacak pola hidup yang lebih sehat, termasuk pada asupan nutrisi dan latihan fisik. Perancangan ini secara keseluruhan menunjukkan individu dapat memperbaiki kualitas kesehatan secara holistik. Perancangan user interface ini dapat mendukung aspek psikologi pengguna yang dapat berkontribusi mengenai kesejahteraan mental dengan visi The Seven Gym dan Tujuan dari SDGs terkait "Good Health & Well-Being". Aplikasi ini diharapkan dapat dikembangkan dengan fitur tambahan yang lebih mendalam yang disesuaikan dengan kebutuhan pengguna dan tren mengenai kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andika, F., Afriza, N., Husna, A., Rahmi, N., & Safitri, F. (2022). *Edukasi Tentang Isu Permasalahan Kesehatan di Indonesia Bersama Calon Tenaga Kesehatan Masyarakat Provinsi Aceh*. 4(1).
- Anggraini, R. D., & Nurhadi, D. (2023). Design Thinking dalam Riset dan Pengembangan Produk Fashion. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 8(2), 328. <https://doi.org/10.28926/briliant.v8i2.1107>
- Atmaja, P. M. Y. R., Budaya Astra, I. K., & Suwiwa, I. G. (2021). Aktivitas Fisik Serta Pola Hidup Sehat Masyarakat Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(2), 128. <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i2.31409>
- Bin Baz, S. S., Malibarey, W. M., Alsalmi, H. A., Alzaydi, M. D., Alqahtani, A. M., & Alghamdi, R. Y. (2023). The Impact of a Healthy Lifestyle on Psychological Well-Being Among Saudi Adolescent Girls Attending Secondary Schools in Taif City, Saudi Arabia. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.50189>
- Busetto, L., Wick, W., & Gumbinger, C. (2020). How to use and assess qualitative research methods. *Neurological Research and Practice*, 2(1), 14. <https://doi.org/10.1186/s42466-020-00059-z>

- Fiorillo, A., De Girolamo, G., Simunovic, I. F., Gureje, O., Isaac, M., Lloyd, C., Mari, J., Patel, V., Reif, A., Starostina, E., Summergrad, P., & Sartorius, N. (2023). The relationship between physical and mental health: An update from the WPA Working Group on Managing Comorbidity of Mental and Physical Health. *World Psychiatry, 22*(1), 169–170. <https://doi.org/10.1002/wps.21055>
- Foster, M. K. (2021). Design Thinking: A Creative Approach to Problem Solving. *Management Teaching Review, 6*(2), 123–140. <https://doi.org/10.1177/2379298119871468>
- Jamilah, Y. S., & Padmasari, A. C. (2022). Perancangan User Interface dan User Experience Aplikasi SAY.CO. *Jurnal Desain Komunikasi Visual, 9*(1).
- Jatmika, S. E. D., & Nurulita, F. P. (2022). Identifikasi dan Edukasi Masalah Kesehatan Pada Masyarakat di Desa X. *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 6*(1), 92–107. <https://doi.org/10.31571/gervasi.v6i1.2896>
- Jones, P., Wynn, M., Hillier, D., & Comfort, D. (2017). The Sustainable Development Goals and Information and Communication Technologies. *Indonesian Journal of Sustainability Accounting and Management, 1*(1), 1. <https://doi.org/10.28992/ijsam.v1i1.22>
- Kurniati, A., & Efendi, F. (2012). *Kajian SDM Kesehatan di Indonesia*. Salemba Medika.
- Mahindru, A., Patil, P., & Agrawal, V. (2023). Role of Physical Activity on Mental Health and Well-Being: A Review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.33475>
- Nugroho, A. P., Handayani, S., & Effendi, D. E. (2021). Health Citizenship and Healthcare Access in Indonesia, 1945-2020. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, 24*(3), 284. <https://doi.org/10.22146/jsp.54618>
- Pratama, I. P. A. A., Paramitha, A. A. I. I., & Satwika, I. P. (2024). Penerapan Metode Design Thinking Dalam Implementasi User Interface Berbasis Website Studi Kasus JRO Sandat Property. *JTKSI (Jurnal Teknologi Komputer Dan Sistem Informasi, 7*(1).
- Rodríguez-Romo, G., Acebes-Sánchez, J., García-Merino, S., Garrido-Muñoz, M., Blanco-García, C., & Díez-Vega, I. (2022). Physical Activity and Mental Health in Undergraduate Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(1), 195. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010195>
- UN General Assembly*. (2015). Global Sustainable Development Report 2015 Edition Advance.
- VanWormer, J. J., Boucher, J. L., Sidebottom, A. C., Sillah, A., & Knickelbine, T. (2017). Lifestyle changes and prevention of metabolic syndrome in the Heart of New Ulm Project. *Preventive Medicine Reports, 6*, 242–245. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.03.018>
- Wiwesa, N. R. (2021). User Interface dan User Experience Untuk Mengelola Kepuasan Pelanggan. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan, 3*(2).