

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Survei IPSOS 2023.....	2
Gambar 1.2 Data Statistik Global Penggunaan Ponsel dan Internet.....	2
Gambar 2.1 Chakra Meditasi.....	12
Gambar 2.2 Hirarki <i>Mindfulness</i>	14
Gambar 2.3 Contoh <i>Human Machine Interaction (HMI)</i>	16
Gambar 2.4 Elemen Dasar Layar Sentuh Resistif.....	25
Gambar 2.5 Cara Kerja Layar Sentuh Kapasitif.....	25
Gambar 2.6 <i>Gesture User Interface</i>	27
Gambar 2.7 <i>The Applications of Motion Capture Suits</i>	28
Gambar 2.8 Contoh <i>Voice User Interface</i>	28
Gambar 2.9 Google Glass.....	29
Gambar 2.10 <i>Muse Headband</i>	30
Gambar 2.11 <i>Human-Computer Interaction</i> dan Bidang Penelitian Terkait.....	31
Gambar 2.12 <i>Usability</i>	37
Gambar 2.13 5 Dimensi Desain Interaksi.....	39
Gambar 2.14 <i>UI/UX</i>	40
Gambar 2.15 Prinsip Kedekatan.....	41
Gambar 2.16 Prinsip Kedekatan pada Desain <i>UX</i>	42
Gambar 2.17 Prinsip Kemiripan.....	42
Gambar 2.18 Prinsip Kedekatan pada Desain <i>UX</i>	43
Gambar 2.19 Prinsip <i>Common-region</i>	43
Gambar 2.20 Prinsip <i>Common-Region</i> pada Desain <i>UX</i>	43
Gambar 2.21 Prinsip Titik Fokus.....	44
Gambar 2.22 Prinsip Titik Fokus pada Desain <i>UX</i>	44
Gambar 2.23 Prinsip Keberlanjutan.....	45
Gambar 2.24 Prinsip Keberlanjutan pada Desain <i>UX</i>	45
Gambar 2.25 Prinsip <i>Closure</i>	46
Gambar 2.26 Prinsip <i>Closure</i> pada Desain <i>UX</i>	46
Gambar 2.27 Prinsip <i>Figure-Ground</i>	46

Gambar 2.28 Prinsip <i>Figure-Ground</i> pada Desain UX.....	47
Gambar 2.29 Pertumbuhan <i>Smartphone</i> secara Global.....	47
Gambar 2.30 Peningkatan Jumlah Pengiriman <i>PC</i> Ke Seluruh Dunia.....	49
Gambar 2.31 Peningkatan Jumlah Pengiriman <i>Tablet</i> Secara Global.....	50
Gambar 2.32 Analisis Pasar <i>Global Wearable Device</i>	51
Gambar 2.33 <i>Speedometer</i> dalam Konsep Kokpit Digital Perusahaan Qt.....	56
Gambar 2.34 Maskot Duolingo dalam Aplikasi.....	57
Gambar 2.35 Fitur Tanggapan <i>Post</i>	58
Gambar 2.36 Tiga Level Desain Emosional Don Norman.....	58
Gambar 2.37 Transformasi Antarmuka iOS 6 ke iOS 7.....	60
Gambar 2.38 Frekuensi Solfeggio.....	62
Gambar 2.39 Frekuensi Nada <i>Singing Bowl</i> dan Cakra Tubuh.....	64
Gambar 2.40 Haptik.....	64
Gambar 2.41 <i>Pod</i> Meditasi Headspace.....	67
Gambar 3.1 Diagram Alur Penelitian.....	70
Gambar 3.2 <i>Design Thinking</i>	71
Gambar 3.3 (a) Calm (b) Insight Timer (c) Headspace.....	74
Gambar 4.1 Hasil Kuesioner Demografi Responden.....	105
Gambar 4.2 Perilaku Digital Responden.....	106
Gambar 4.3 Pemahaman <i>Mindfulness</i> Responden.....	107
Gambar 4.4 Pengalaman <i>Mindfulness</i> Responden.....	109
Gambar 4.5 Preferensi dan Tantangan Responden.....	111
Gambar 4.6 Responden Non-Praktisi <i>Mindfulness</i>	112
Gambar 4.7 Preferensi Responden Non-Praktisi <i>Mindfulness</i>	113
Gambar 4.8 Preferensi Responden.....	113
Gambar 5.1 <i>User Persona</i> 1.....	118
Gambar 5.2 <i>Empathy Map</i> User 1.....	119
Gambar 5.3 <i>User Persona</i> 2.....	121
Gambar 5.4 <i>Empathy Map</i> User 2.....	122
Gambar 5.5 <i>User Persona</i> 3.....	123

Gambar 5.6 <i>Empathy Map</i> User 3.....	124
Gambar 5.7 <i>Moodboard</i>	126
Gambar 5.8 Fitur Pendukung.....	129
Gambar 5.9 Maskot UI.....	130
Gambar 5.10 Referensi UI.....	130
Gambar 5.11 Tampak Ilustrasi Visual.....	131
Gambar 5.12 Spesifikasi Perangkat.....	131
Gambar 5.13 Diffuser.....	132
Gambar 5.14 Studi Warna.....	133
Gambar 5.15 <i>Typeface</i> Serif & Sans-Serif.....	134
Gambar 5.16 Ukuran <i>Standard Font</i>	134
Gambar 5.17 Studi Bentuk.....	135
Gambar 5.18 Navigasi Jempol.....	136
Gambar 5.19 <i>Circumplex Model of Affect</i>	137
Gambar 5.20 Temperatur Warna Cahaya.....	138
Gambar 5.21 Komponen Ultrasonik Diffuser.....	140
Gambar 5.22 Disk Ultrasonik.....	141
Gambar 5.23 Papan Sirkuit.....	142
Gambar 5.24 <i>Bluetooth Module</i>	142
Gambar 5.25 <i>Microcontroller Unit</i>	142
Gambar 5.26 <i>User Flow</i>	145
Gambar 5.27 <i>Draft</i> Prototipe <i>Low-Fidelity (Wireframe)</i>	146
Gambar 5.28 Prototipe <i>Low-Fidelity (Wireframe)</i>	147
Gambar 5.29 <i>Draft</i> Prototipe <i>Mid-Fidelity</i>	148
Gambar 5.30 Prototipe <i>Mid-Fidelity</i>	150
Gambar 5.31 Prototipe <i>High-Fidelity</i> Halaman Awal, Panduan, dan Memulai.....	151
Gambar 5.32 Prototipe <i>High-Fidelity</i> Halaman Home.....	151
Gambar 5.33 Prototipe <i>High-Fidelity</i> Halaman Ruang Tenang.....	152
Gambar 5.34 Prototipe <i>High-Fidelity</i> Halaman Ruang Refleksi.....	153
Gambar 5.35 Halaman Ruang Tumbuh dan Ruang Diri Prototipe <i>High-Fidelity</i>	15

Gambar 5.36 <i>Usability Testing</i> pada <i>Mid-Fidelity Prototype</i>	155
Gambar 5.37 <i>Usability Testing</i> pada <i>High-Fidelity Prototype</i>	155
Gambar 5.38 Perbaikan dari Hasil <i>Usability Testing</i> Partisipan 1.....	158
Gambar 5.39 Perbaikan dari Hasil <i>Usability Testing</i> Partisipan 2 dan 3.....	162
Gambar 5.40 <i>FFMQ Testing</i>	163

