

**HealthBites: Aplikasi Mobile untuk Meningkatkan Pola Hidup Sehat melalui
Pelacakan Kalori, Air, Aktivitas**



OLEH:

Allyssa Humayra (NIM)

Kareen Divanya Permadhie

Nabilah Muazarah (103062300116)

PROGRAM STUDI TEKNOLOGI INFORMASI

FAKULTAS INFORMATIKA

UNIVERSITAS TELKOM JAKARTA

JAKARTA

2025

Pendahuluan

Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi, berbagai aspek kehidupan manusia mengalami transformasi signifikan, termasuk dalam hal menjaga dan meningkatkan kesehatan. Salah satu tren yang semakin berkembang adalah pemanfaatan aplikasi kesehatan berbasis mobile sebagai sarana untuk mendukung gaya hidup sehat. Aplikasi-aplikasi ini hadir sebagai solusi praktis bagi masyarakat modern yang membutuhkan cara efisien untuk memantau kondisi tubuh, mengatur pola makan, serta menjaga keseimbangan antara aktivitas fisik dan asupan nutrisi. Di tengah berbagai tantangan kesehatan akibat gaya hidup tidak seimbang, seperti obesitas, dan kurangnya aktivitas fisik, keberadaan aplikasi pelacakan makanan menjadi semakin relevan.

HealthBites merupakan salah satu aplikasi kesehatan yang dikembangkan dengan pendekatan berbasis kebutuhan pengguna serta didukung oleh prinsip-prinsip desain interaksi yang baik. Aplikasi ini dirancang sebagai platform digital yang memungkinkan pengguna untuk memantau asupan makanan, kalori, dan nutrisi secara real-time. Dengan fitur pelacakan yang intuitif dan visualisasi data yang jelas, HealthBites membantu pengguna untuk lebih memahami kebiasaan makan mereka dan membuat keputusan yang lebih sehat setiap harinya. Tidak hanya berfungsi sebagai alat pencatat makanan, aplikasi ini juga menyediakan fitur seperti saran resep yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori harian, serta penetapan dan pemantauan tujuan kesehatan secara individual.

Dalam pengembangan aplikasi kesehatan, aspek keterlibatan pengguna (user engagement) menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan jangka panjang. Pengguna cenderung kehilangan minat terhadap aplikasi yang tidak menawarkan elemen interaktif atau daya tarik emosional, yang pada akhirnya menyebabkan penurunan frekuensi penggunaan atau bahkan penghentian penggunaan secara permanen. Untuk mengatasi tantangan ini, aplikasi HealthBites mengintegrasikan elemen karakter maskot digital sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan pengguna secara berkelanjutan.

Maskot ini dirancang untuk memberikan motivasi secara personal kepada pengguna melalui interaksi visual dan emosional yang konsisten. Tidak hanya sekedar elemen dekoratif, maskot berperan aktif dalam memberikan dorongan positif, seperti ucapan semangat harian, serta memberikan respon emosional. Contohnya adalah menampilkan ekspresi sedih ketika pengguna tidak melakukan log-in secara rutin atau mengonsumsi makanan yang bertentangan dengan target kesehatannya. Dengan pendekatan ini, aplikasi tidak hanya berfungsi sebagai alat pembantu tetapi juga sebagai mitra digital yang mendorong perubahan perilaku sehat melalui ketertarikan emosional.

Fitur maskot ini diimplementasikan sebagai diferensiasi utama dari *HealthBites* dibandingkan aplikasi sejenis, dengan tujuan membangun hubungan yang lebih personal dan menyenangkan antara aplikasi dan pengguna. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan retensi pengguna, memperkuat konsistensi perilaku sehat, serta memberikan pengalaman yang lebih humanistik dalam penggunaan teknologi untuk tujuan kesehatan.

Metodologi

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi aplikasi HealthBites. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada evaluasi pendapat mengenai relevansi dan kebutuhan masyarakat terhadap aplikasi HealthBites, yang dirancang untuk membantu memantau pola hidup sehat.

Untuk menilai seberapa efektif aplikasi dalam memenuhi kebutuhan pengguna, kami melakukan survey yang di *share* melalui grup WhatsApp. (belum selesai)

Data yang dikumpulkan melalui survey akan di analisis secara kualitatif untuk mengevaluasi apakah aplikasi sudah memenuhi prinsip-