

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental semakin mendapat perhatian sebagai tantangan global, diperkuat oleh survei Meta-Gallup yang melibatkan lebih dari 140 negara. Hasil survei mengejutkan, menunjukkan bahwa hampir satu dari empat orang di seluruh dunia, atau lebih dari satu miliar individu, merasa sangat atau cukup kesepian. Meskipun kesepian belum diakui ilmiah sebagai penyakit mental, dampaknya bisa signifikan dan berpotensi memicu masalah kesehatan mental jika diabaikan. Adanya tren intimidasi di media sosial terhadap mereka yang mencoba mengekspresikan perasaan atau membahas masalah pribadi menambah kerumitan, dengan dampak negatif pada individu yang mencari dukungan dan menghambat diskusi terbuka tentang kesehatan mental.

Melalui pemahaman akan kurangnya ruang yang aman untuk mengekspresikan emosi, kami melakukan survei dengan 122 responden. Hasilnya mencerminkan kesadaran yang tinggi akan pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental, dengan 92,6% responden merasa perlu adanya lebih banyak perhatian terhadap kesehatan mental. Meskipun demikian, penggunaan buku harian sebagai alat ekspresi emosi masih rendah, dengan hanya 6,55% responden yang secara rutin menggunakan buku harian. Meski sebagian besar responden (48,36%) percaya pada efektivitas menulis untuk mengekspresikan emosi, lebih dari setengahnya (53,27%) tidak menerapkan praktik menulis harian. Ketertarikan tinggi terhadap buku harian digital menyoroti peluang bagi aplikasi seperti Miemo untuk memfasilitasi ekspresi emosi dan pemantauan kesehatan mental secara efektif.

Berdasarkan keprihatinan dan temuan kami, kami bertujuan untuk menciptakan ruang yang lebih aman dan lebih mendukung untuk membantu orang mengekspresikan perasaan mereka dan mencegah pengalaman negatif yang dapat muncul. Melalui aplikasi Miemo, kami bertujuan untuk membantu mereka yang membutuhkan untuk mencapai kesehatan mental dan kesejahteraan yang lebih baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, berikut merupakan perumusan masalah yang akan dikaji dari pembuatan sistem cerdas pada aplikasi Miemo.

1. Bagaimana merawat kesehatan mental menjadi sebuah tantangan di tengah meningkatnya tingkat kesepian global dan adanya intimidasi terhadap ekspresi emosi di media sosial?
2. Bagaimana efektivitas penggunaan buku harian, terutama buku harian digital, dalam

membantu individu mengekspresikan emosi mereka dan memonitor kesehatan mental?

3. Bagaimana pengembangan sistem machine learning pendeteksi emosi berbasis

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka batasan masalah dalam pembuatan sistem ini adalah sebagai berikut.

1. Fokus pada permasalahan kesepian dan intimidasi terkait ekspresi emosi di media sosial.
2. Membatasi analisis terhadap efektivitas penggunaan buku harian, khususnya buku harian digital.
3. Menitikberatkan pada kebutuhan akan ruang yang aman untuk mengekspresikan emosi dan mencegah pengalaman negatif.

1.4 Tujuan Praktek Kerja Lapangan

Pelaksanaan Praktek Kerja Lapangan memiliki tujuan sebagai berikut :

1.4.1. Tujuan Umum

Mengembangkan sistem machine learning pendeteksi emosi berbasis Natural Language Processing (NLP) untuk membantu individu mengekspresikan emosi mereka dengan aman melalui aplikasi Miemo.

1.4.2. Tujuan Khusus

Berdasarkan permasalahan yang sudah dirumuskan diatas, adapun tujuan khusus dari praktek kerja lapangan ini adalah:

1. Menganalisis tingkat kesadaran masyarakat terkait pentingnya kesehatan mental dan ekspresi emosi.
2. Menilai efektivitas penggunaan buku harian, khususnya buku harian digital, dalam mengekspresikan emosi dan memonitor kesehatan mental.
3. Mengembangkan sistem machine learning pendeteksi emosi berbasis NLP untuk aplikasi Miemo.
4. Meningkatkan ketersediaan ruang yang aman bagi individu untuk mengekspresikan emosi mereka melalui aplikasi Miemo.

1.5 Manfaat

1.5.1 Bagi Penulis

1. Memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan mental.

2. Membuka ruang untuk diskusi terbuka tentang ekspresi emosi dan kesehatan mental.

1.5.2 Bagi Instansi

1. Menawarkan solusi inovatif, yaitu aplikasi Miemo, sebagai upaya nyata dalam membantu kesehatan mental masyarakat.
2. Menciptakan platform yang mendukung kesejahteraan psikologis, mengurangi dampak negatif intimidasi di media social, dan membantu kesehatan mental masyarakat sekitar.