



Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



**PENGEMBANGAN SISTEM INFORMASI
PENGELOLAAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS
WEB DENGAN REKOMENDASI MUSIK
UNTUK TERAPI**

SKRIPSI

HARITS TAQIY WIBOWO 2107411034

**POLITEKNIK
NEGERI
JAKARTA**

PROGRAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA

JURUSAN TEKNIK INFORMATIKA DAN KOMPUTER

POLITEKNIK NEGERI JAKARTA

2025



Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



**PENGEMBANGAN SISTEM INFORMASI
PENGELOLAAN KESEHATAN MENTAL BERBASIS
WEB DENGAN REKOMENDASI MUSIK
UNTUK TERAPI**

SKRIPSI

**Dibuat untuk Melengkapi Syarat-Syarat yang Diperlukan untuk
Memperoleh Diploma Empat Politeknik**

**HARITS TAQIY WIBOWO
2107411034**

**PROGRAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA
JURUSAN TEKNIK INFORMATIKA DAN KOMPUTER
POLITEKNIK NEGERI JAKARTA**

2025



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Harits Taqiy Wibowo
NIM : 2107411034
Jurusan/Program Studi : T. Informatika dan Komputer/Teknik Informatika
Judul Skripsi : Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web Dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bebas dari peniruan terhadap karya dari orang lain. Kutipan pendapat dan tulisan orang lain ditunjuk sesuai dengan cara-cara penulisan karya ilmiah yang berlaku.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa dalam skripsi ini terkandung ciri-ciri plagiat dan bentuk-bentuk peniruan lain yang dianggap melanggar peraturan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Depok, 18 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,



(Harits Taqiy Wibowo)

NIM. 2107411034



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang menggunakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Harits Taqiy Wibowo
NIM : 2107411034
Program Studi : Teknik Informatika
Judul Skripsi : Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web Dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi

Telah diuji oleh tim penguji dalam Sidang Skripsi pada hari Senin, Tanggal 30 Bulan Juni, Tahun 2025 dan dinyatakan ...

Disahkan oleh

Pembimbing I : Mera Kartika Delimayanti, S.Si., M.T., Ph.D.

(*Mera Kartika Delimayanti*)

Penguji I : Dr. Anita Hidayati, S.Kom., M.Kom.

(*Anita Hidayati*)

Penguji II : Bambang Warsuta, S.Kom., M.T.I.

(*Bambang Warsuta*)

Penguji III : Maria Agustin, S.Kom., M.Kom.

(*Maria Agustin*)

Mengetahui:

Jurusan Teknik Informatika dan Komputer

Ketua,



Dr. Anita Hidayati, S.Kom., M.Kom.

NIP. 197908032003122003



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web dengan Rekomendasi Musik untuk Terapi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Program Studi Teknik Informatika di Politeknik Negeri Jakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa keberhasilan yang dicapai tidak terlepas dari peran dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Anita Hidayati, S.Kom., M.Kom., selaku Ketua Jurusan Teknik Informatika dan Komputer.
2. Ibu Euis Oktavianti, S.Si., M.T.I., selaku Kepala Program Studi Teknik Informatika.
3. Ibu Mera Kartika Delimayanti, S.Si., M.T., Ph.D., selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan, motivasi, serta saran yang sangat berarti dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Seluruh dosen Program Studi Teknik Informatika yang telah berbagi ilmu dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan.
5. Kedua orang tua tercinta atas doa, dukungan, dan cinta kasih yang tiada henti.
6. Kedua saudari kandung penulis, atas semangat dan doa yang selalu menyertai.
7. Sahabat dan teman-teman seperjuangan Teknik Informatika angkatan 2021, atas kebersamaan dan semangat yang terus menginspirasi.

Penulis berharap karya ilmiah ini dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, serta menjadi acuan bagi penelitian lanjutan di bidang yang relevan. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang.

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat menjadi inspirasi dan referensi bagi pengembangan teknologi pendukung kesehatan mental di masa depan.

Depok, 18 Juni 2025

Penulis,

Harits Taqiy Wibowo

NIM. 2107411034





© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Politeknik Negeri Jakarta, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Harits Taqiy Wibowo

NIM : 2107411034

Jurusan/Program Studi : T. Informatika dan Komputer/Teknik Informatika

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web Dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Politeknik Negeri Jakarta Berhak menyimpan, mengalih mediakan/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi Saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Depok, 18 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,



Harits Taqiy Wibowo

NIM. 2107411034



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web dengan Rekomendasi Musik untuk Terapi

ABSTRAK

Latar belakang pembuatan sistem ini didasari oleh urgensi masalah kesehatan mental yang sering terabaikan. Banyak individu mengalami masalah kesehatan mental akibat tekanan hidup, stres pekerjaan, dan masalah emosional. Survei tahun 2023 menunjukkan 43% responden menyatakan kekhawatiran terhadap masalah kesehatan mental, menjadikannya isu kesehatan yang paling diperhatikan, diikuti oleh stres sebesar 40%. Selain itu, dari 243 orang tua yang merasa anak/remajanya membutuhkan bantuan mental, 43,8% memilih mengatasinya secara mandiri, 19,2% tidak tahu harus mencari bantuan ke mana, dan 15,4% menganggap masalah akan membaik dengan sendirinya. Angka-angka ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam kesadaran dan akses terhadap layanan kesehatan mental. Oleh karena itu, diperlukan solusi inovatif berbasis teknologi informasi untuk membantu individu mengenali dan mengelola kondisi emosional mereka secara lebih efektif, di mana pengembangan aplikasi berbasis web dengan rekomendasi musik untuk terapi emosional dapat menjadi solusi yang efektif. Penelitian ini mengembangkan dan mengimplementasikan sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web inovatif dengan fitur rekomendasi musik untuk terapi, memanfaatkan metode Rule-Based Filtering. Sistem ini memberdayakan pengguna untuk memantau dan mengelola kondisi emosional secara mandiri. Implementasi teknis menggunakan Laravel untuk backend dan Tailwind CSS untuk frontend. Logika Rule-Based Filtering menganalisis input emosi harian dan kuesioner PANAS mingguan, mengklasifikasikan mood (Positif, Negatif, Campuran, Netral) berdasarkan skor Positive Affect (PA) dan Negative Affect (NA), lalu merekomendasikan musik relevan dari basis data. Pengujian Black Box Testing menunjukkan 100% fungsionalitas berjalan sesuai harapan. User Acceptance Test (UAT) dengan 32 responden menunjukkan penerimaan yang sangat positif, dengan rata-rata skor UAT-J sebesar 4,51 (90,25%), UAT-K sebesar 4,52 (90,41%), UAT-R sebesar 4,46 (89,18%), dan UAT-A sebesar 4,56 (91,24%). Selain itu, System Usability Scale (SUS) menghasilkan skor rata-rata 85,00 yang tergolong sangat tinggi, menandakan sistem mudah digunakan dan dipahami pengguna. Sementara itu, Net Promoter Score (NPS) sebesar 59,37% (62,50% Promoters) menunjukkan kepuasan dan loyalitas pengguna yang kuat. Kesimpulannya, sistem ini efektif, usable, dan diterima dengan sangat baik, serta berkontribusi dalam membantu individu mengelola kesehatan mental melalui rekomendasi musik inovatif.

Kata kunci: Kesehatan mental, Musik Terapi, Rule-Based Filtering, Sistem Informasi, Web.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	4
1.4 Tujuan dan Manfaat	4
1.4.1 Tujuan	4
1.4.2 Manfaat	5
1.5 Sistematika Penulisan.....	5
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Penelitian Terdahulu	6
2.2 Mental Health.....	7
2.3 Teori Psikodinamika	7
2.4 Mood atau Suasana Hati.....	7
2.5 Emosi.....	8
2.6 Plutchik's Wheel of Emotions.....	8
2.7 Model Circumplex.....	9
2.7.1 Dimensi Valensi dan Arousal	9
2.7.2 Klasifikasi Emosi dalam Model Circumplex.....	10
2.7.3 <i>Scoping</i> Pemilihan Musik	11
2.8 Emotionify.....	14



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

2.9 Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)	16
2.10 Laravel	16
2.11 Tailwind	17
2.12 <i>Ruled-Based Filtering</i>	17
2.13 Metode Waterfall	17
BAB III	19
METODE PENELITIAN	19
3.1 Rancangan Penelitian	19
3.1.1 Perancangan Model	19
3.1.2 Perancangan Aplikasi Web	19
3.2 Tahapan Penelitian	20
3.2.1 <i>Requirement Analysis</i>	21
3.2.2 <i>Design</i>	22
3.2.3 Implementasi Aplikasi Web	23
3.2.4 Pengujian dan Evaluasi Sistem	23
3.2.5 <i>Deployment</i>	24
3.2.6 Pemeliharaan (Maintenance)	24
3.3 Objek Penelitian	24
BAB IV	25
HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1 Analisis Kebutuhan	25
4.1.1 Kebutuhan Model	25
4.1.2 Kebutuhan Pengembangan Situs Web	26
4.1.3 Kebutuhan Perangkat Keras	28
4.1.4 Kebutuhan Perangkat Lunak	28
4.2 Perancangan Sistem	29
4.2.1 Perancangan Model	29
4.2.2 Perancangan Situs Web	31
4.3 Implementasi Sistem	49
4.3.1 Implementasi Model	49
4.3.2 Implementasi Web	53
4.4 Pengujian	72
4.4.1 Deskripsi Pengujian	72
4.4.2 Prosedur Pengujian	73



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

4.4.3 Data Hasil Pengujian	80
4.4.4 Analisis Data / Evaluasi Pengujian.....	94
BAB V	97
PENUTUP.....	97
5.1 Kesimpulan.....	97
5.2 Saran.....	99
DAFTAR PUSTAKA.....	102
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	106
LAMPIRAN.....	107





DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Circumplex Model	10
Tabel 2. 2 Emotion Range Valence dan Energy	11
Tabel 2. 3 Scoping Happy Music	13
Tabel 2. 4 Scoping Sad Music	13
Tabel 2. 5 Scoping Anxiety Music	14
Tabel 2. 6 Scoping Anger Music	14
Tabel 4. 1 Kebutuhan Fungsional	26
Tabel 4. 2 Kebutuhan Non Fungsional	27
Tabel 4. 3 Kebutuhan Perangkat Keras	28
Tabel 4. 4 Kebutuhan Perangkat Lunak	29
Tabel 4. 5 Skenario Black Box Testing	74
Tabel 4. 6 UAT Kualitas Fitur Jurnal Emosi	77
Tabel 4. 7 Kualitas Fitur PANAS Kuesioner	77
Tabel 4. 8 UAT Kualitas Fitur Rekomendasi Musik	78
Tabel 4. 9 UAT Kualitas Fitur Artikel Edukasi	78
Tabel 4. 10 Hasil Pengujian Black Box Testing	80
Tabel 4. 11 Hasil UAT Kualitas Fitur Jurnal Emosi	84
Tabel 4. 12 Hasil UAT Kualitas Fitur PANAS Kuesioner	85
Tabel 4. 13 Hasil UAT Kualitas Fitur Rekomendasi Musik	86
Tabel 4. 14 Hasil UAT Fitur Artikel Kesehatan Mental	87
Tabel 4. 15 Hasil Perhitungan UAT	88
Tabel 4. 16 Hasil SUS Ganjil	89
Tabel 4. 17 Hasil SUS Genap	91
Tabel 4. 18 Hasil Perhitungan Nilai SUS	92
Tabel 4. 19 Hasil NPS	93
Tabel 4. 20 Hasil Perhitungan Nilai NPS	94

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Survei Masalah kesehatan 2023 by databoks.....	1
Gambar 1. 2 Survei kesehatan mental (I-NAHMS, 2022).....	2
Gambar 2. 1 Plutchik's Wheel of Emotions	8
Gambar 2. 2 Circumplex Model	10
Gambar 2. 3 Range Happy and Sad Song by Emotionify.....	12
Gambar 2. 4 Range Playlist Happy and Sad Song in Vibely	12
Gambar 2. 5 Alur Waterfall	18
Gambar 3. 1 Alur Penelitian	21
Gambar 4. 1 Use Case Diagram.....	31
Gambar 4. 2 Activity Diagram Login	32
Gambar 4. 3 Activity Diagram Register	33
Gambar 4. 4 Activity Diagram Mencatat Jurnal Emosi.....	34
Gambar 4. 5 Activity Diagram Mengisi Kuesioner PANAS	35
Gambar 4. 6 Activity Diagram Melihat Riwayat Mood	36
Gambar 4. 7 Activity Diagram Logout.....	36
Gambar 4. 8 ER Diagram.....	37
Gambar 4. 9 Class Diagram	38
Gambar 4. 10 Wireframe Halaman Login	39
Gambar 4. 11 Wireframe Halaman Register.....	39
Gambar 4. 12 Wireframe Halaman Utama	40
Gambar 4. 13 Wireframe Halaman Dashboard User.....	41
Gambar 4. 14 Wireframe Halaman Jurnal Emosi	42
Gambar 4. 15 Wireframe Halaman Detail Jurnal	42
Gambar 4. 16 Wireframe Halaman PANAS Kuesioner	43
Gambar 4. 17 Wireframe Halaman Hasil PANAS Kuesioner	44
Gambar 4. 18 Wireframe Halaman Riwayat Mood	44
Gambar 4. 19 Wireframe Halaman Daftar Musik.....	45
Gambar 4. 20 Wireframe Halaman Daftar Artikel	45
Gambar 4. 21 Wireframe Halaman Dashboard User	46
Gambar 4. 22 Wireframe Halaman Manajemen User.....	47
Gambar 4. 23 Wireframe Halaman Manajemen Musik.....	47
Gambar 4. 24 Wireframe Edit dan Tambah Musik.....	48
Gambar 4. 25 Wireframe Halaman Manajemen Konten	48
Gambar 4. 26 Wireframe Edit dan tambah Konten	49
Gambar 4. 27 Logika Penentuan Mood}	50
Gambar 4. 28 Ambil Rekomendasi Musik by Mood	50
Gambar 4. 29 Ambil Rekomendasi Musik by Emosi	51
Gambar 4. 30 Ambil Recent Mood.....	51
Gambar 4. 31 Menyimpan Jurnal Emosi ke Fungsi filter()	52

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Gambar 4. 32 Menampilkan Rekomendasi Musik by Mood	52
Gambar 4. 33 Menampilkan Rekomendasi Musik by Emotion	52
Gambar 4. 34 Antarmuka Login	53
Gambar 4. 35 Antarmuka Register	54
Gambar 4. 36 Antarmuka Halaman Utama.....	55
Gambar 4. 37 Antarmuka Halaman Dashboard User	56
Gambar 4. 38 Antarmuka Halaman Panas Kuesioner	57
Gambar 4. 39 Antarmuka Halaman Jurnal Emosi	57
Gambar 4. 40 Antarmuka Halaman Detail Jurnal.....	58
Gambar 4. 41 Antarmuka Halaman Hasil Mood	59
Gambar 4. 42 Antarmuka Halaman Riwayat Kuesioner	60
Gambar 4. 43 Antarmuka Halaman Daftar Rekomendasi Musik	61
Gambar 4. 44 Antarmuka Halaman Daftar Artikel.....	62
Gambar 4. 45 Antarmuka Halaman Baca Artikel.....	63
Gambar 4. 46 Antarmuka Halaman Dashboard Admin.....	64
Gambar 4. 47 Antarmuka Halaman Manajemen User.....	65
Gambar 4. 48 Antarmuka Halaman Manajemen Musik.....	65
Gambar 4. 49 Antarmuka Halaman Tambah Musik.....	66
Gambar 4. 50 Antarmuka Halaman Edit Musik	67
Gambar 4. 51 Antarmuka Halaman Manajemen Konten.....	67
Gambar 4. 52 Antarmuka Halaman Tambah Konten	68
Gambar 4. 53 Antarmuka Halaman Edit Artikel	69
Gambar 4. 54 Antarmuka Smartphone1	70
Gambar 4. 55 Antarmuka Smartphone2	71
Gambar 4. 56 Diagram Jenis Kelamin Responden	83
Gambar 4. 57 Diagram Usia Responden.....	83

**POLITEKNIK
NEGERI
JAKARTA**

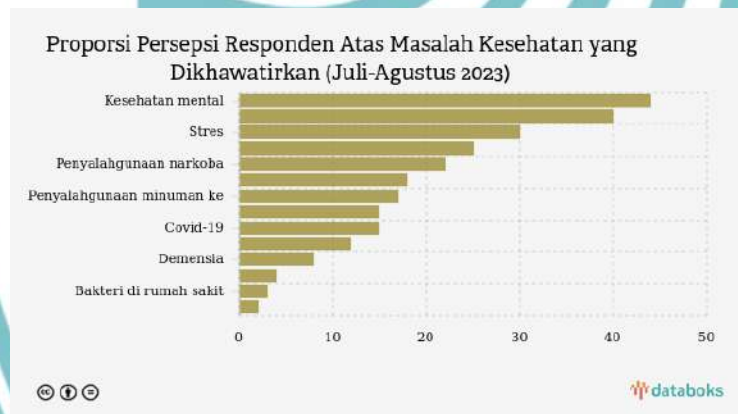
Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental ialah sebuah aspek penting dalam kehidupan yang sering kali sadar atau tidak sadar suka diabaikan. Dengan meningkatnya tekanan hidup, stres dari pekerjaan, dan masalah emosional, banyak orang yang berakhir mengalami masalah kesehatan mental yang mempengaruhi kualitas hidup mereka. Menurut *World Health Organization* (SingleCare, 2025), sebanyak 970 juta orang mengalami masalah mental dan 284 juta orang diantaranya mengalami masalah kecemasan. Oleh sebab itu, pentingnya memiliki sebuah sistem yang efektif dalam mengelola kesehatan mental individu agar dapat lebih memahami kondisi emosional mereka.



Gambar 1. 1 Survei Masalah kesehatan 2023 by databoks

Selain itu, berdasarkan survei terbaru tahun 2023, sebanyak 43% responden menyatakan kekhawatiran terhadap masalah kesehatan mental, dan menjadikannya salah satu isu kesehatan yang paling diperhatikan, diikuti oleh stres sebesar 40% (databoks, 2023). Berdasarkan dari penelitian lain dengan n sebanyak 243 menunjukkan yang dimana responden tersebut ialah orang tua, bahwa dari 243 orang tua sekitar 43,8% merasa anak remaja mereka membutuhkan bantuan mental, tetapi memilih mengatasi masalah tersebut secara mandiri. Sementara itu, sekitar 19,2% tidak tahu harus mencari bantuan ke mana, dan 15,4 % menganggap bahwa masalah kesehatan mental tersebut akan membaik dengan sendirinya (I- NAHMS, 2022). Dari Angka-angka ini menghidikasikan adanya kesenjangan dalam



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

kesadaran dan akses terhadap layanan kesehatan mental, terutama di kalangan remaja dan keluarganya.



Gambar 1. 2 Survei kesehatan mental (I-NAHMS, 2022)

Dengan meningkatnya urgensi terhadap masalah kesehatan mental, diperlukan solusi inovatif yang dapat membantu individu untuk mengenali dan mengelola kondisi emosional mereka secara lebih efektif. Dalam era digital saat ini, teknologi informasi dapat dimanfaatkan untuk mendukung pengelolaan kesehatan mental. Pengembangan aplikasi berbasis web yang dilengkapi dengan fitur rekomendasi musik yang dapat menjadi solusi yang efektif untuk terapi emosional pengguna. Teknologi yang dapat dipakai untuk pengembangan website ini meliputi HTML, CSS, PHP, dan Javascript untuk antarmuka pengguna serta framework seperti Tailwind untuk tampilan yang lebih interaktif. Di sisi backend, dapat memakai MySQL dan framework Laravel untuk pengelolaannya. Aplikasi web ini memungkinkan pengguna untuk mencatat suasana hati mereka, mengidentifikasi pola emosional, dan mendapatkan rekomendasi musik yang dapat membantu meningkatkan kesehatan mental mereka.

Salah satu fitur penting dalam sistem informasi ini adalah rekomendasi berbasis data menggunakan metode Rule-Based Filtering. Dengan Rule-Based Filtering, sistem akan menganalisis data yang dikumpulkan dari pengguna, seperti suasana hati yang telah dicatat, untuk memberikan rekomendasi kegiatan yang relevan dan sesuai dengan keadaan mood pengguna. Metode ini menggunakan serangkaian



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

aturan yang telah ditentukan sebelumnya untuk menentukan rekomendasi yang paling sesuai berdasarkan kondisi tertentu. Misalnya, jika pengguna mencatat suasana hati yang negatif, sistem dapat merekomendasikan musik yang bersifat relaksasi atau positif untuk membantu meningkatkan suasana hati mereka. Dengan pendekatan ini, diharapkan pengguna dapat menerima rekomendasi yang lebih tepat dan bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan mental mereka.

Kombinasi antara kebutuhan akan pengelolaan kesehatan mental yang lebih baik dan kemajuan teknologi informasi menciptakan peluang untuk mengembangkan sistem informasi yang inovatif. Sistem ini tidak hanya akan membantu pengguna dalam memantau emosi mereka, tetapi juga memberikan wawasan yang lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental mereka. Dengan demikian, pengembangan sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web dengan fitur rekomendasi musik untuk terapi menjadi sangat relevan dan penting.

Dengan demikian, pengembangan sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web dengan fitur rekomendasi musik untuk terapi menjadi sangat relevan dan penting. Pada penelitian yang disusun ini, tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan model sistem informasi yang dapat membantu pengguna dengan memantau dan mengelola kesehatan mental mereka secara efektif

1.2 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian berjudul “Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan Mental Berbasis Web dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi” adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana model Rule-Based Filtering dapat dirancang dan diintegrasikan secara efektif untuk memberikan rekomendasi musik terapeutik yang relevan berdasarkan analisis mood dan emosi pengguna pada sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web?
2. Bagaimana implementasi sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web dilakukan?
3. Bagaimana pengujian fungsionalitas, usability, dan penerimaan pengguna terhadap sistem informasi pengelolaan kesehatan mental



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

berbasis web dengan rekomendasi musik dapat memvalidasi keefektifan dan kegunaan sistem tersebut?

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian fokus pada masalah yang ingin diselesaikan, maka batasan masalah yang ditetapkan sebagai berikut:

1. Sistem hanya mencakup fitur pencatatan suasana hati (*mood tracking*), analisis pola emosional, dan rekomendasi musik berbasis data.
2. Sistem ini tidak mencakup diagnosis atau pengobatan medis.
3. Data yang dikumpulkan dari pengguna akan terbatas pada informasi yang berkaitan dengan suasana hati dan emosi, tanpa mengumpulkan data pribadi seperti riwayat medis atau identitas.
4. Sistem tidak mencakup layanan konsultasi langsung dengan psikolog.
5. Platform yang digunakan untuk pengembangan adalah situs web menggunakan Laravel dan Tailwind.
6. Pengujian sistem akan dilakukan pada kelompok pengguna tertentu, seperti pelajar, mahasiswa atau pekerja dewasa.
7. Sistem informasi ini akan dikembangkan dalam bahasa Indonesia dan tidak akan mencakup versi multibahasa.

1.4 Tujuan dan Manfaat

1.4.1 Tujuan

1. Mendesain dan mengintegrasikan model *Rule-Based Filtering* secara efektif untuk menghasilkan rekomendasi musik terapeutik yang relevan berdasarkan analisis *mood* dan emosi pengguna pada sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web.
2. Mengimplementasikan sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web, termasuk desain antarmuka dan fungsionalitas.
3. Melakukan pengujian fungsionalitas, usabilitas menggunakan *System Usability Scale*, dan penerimaan pengguna menggunakan *User Acceptance Test*.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

1.4.2 Manfaat

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, serta memberikan alat yang berguna bagi individu untuk memahami dan mengelola kondisi emosional individu serta mendapatkan rekomendasi musik untuk terapi sesuai kondisi individu.

1.5 Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah penulisan laporan penelitian, penting untuk menetapkan sistematika penulisan yang sesuai. Dengan sistematika yang baik, laporan penelitian akan lebih mudah dibaca dan dipahami. Berikut ini adalah susunan bab yang akan ada dalam laporan penelitian:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini menguraikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan, manfaat, dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini mencakup penelitian terdahulu dan teori-teori yang digunakan dalam penelitian, perancangan, dan pembuatan sistem.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini menjelaskan tentang metode yang akan digunakan dalam penelitian, rancangan penelitian, tahapan penelitian yang dilakukan, dan objek penelitian.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini memaparkan hasil implementasi dan pengujian sistem yang telah dikembangkan serta pembahasan terkait hasil tersebut.

BAB V PENUTUP

Bab ini menyajikan kesimpulan akhir dari penelitian beserta saran untuk penelitian selanjutnya.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

BAB V

PENUTUP

Bab ini menyajikan kesimpulan akhir dari penelitian yang telah dilakukan serta saran-saran untuk pengembangan dan penelitian lebih lanjut

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini secara holistik telah berhasil mengembangkan dan mengimplementasikan sebuah sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web yang inovatif. Sistem ini secara spesifik dilengkapi dengan fitur rekomendasi musik yang diintegrasikan sebagai bagian dari upaya terapi, memanfaatkan metode *Rule-Based Filtering* yang telah dirancang dengan cermat. Tujuan utama dari pengembangan sistem ini adalah untuk memberdayakan pengguna agar mampu memantau kondisi emosional mereka secara mandiri dan mengelola kesehatan mental dengan lebih efektif.

Implementasi teknis aplikasi web ini dibangun di atas fondasi teknologi yang robust, yaitu framework Laravel untuk *backend* dan Tailwind CSS untuk desain *frontend* yang responsif. Salah satu inti dari sistem ini adalah implementasi logika aturan *Rule-Based Filtering*, yang secara efektif mampu menganalisis input emosi harian pengguna serta hasil kuesioner PANAS mingguan yang mereka berikan. Proses ini mencakup klasifikasi *mood* pengguna ke dalam kategori seperti ‘Positif’, ‘Negatif’, ‘Campuran’, atau ‘Netral’ berdasarkan perhitungan skor *Positive Affect* (PA) dan *Negative Affect* (NA) dari kuesioner PANAS. Selanjutnya, sistem mencocokkan emosi atau tipe *mood* yang teridentifikasi dengan daftar musik yang relevan dari basis data, kemudian menyajikan rekomendasi tersebut kepada pengguna.

Keberhasilan implementasi sistem ini divalidasi melalui serangkaian pengujian yang ketat, menunjukkan hasil yang sangat memuaskan di berbagai aspek:

1. Fungsionalitas Sistem: Pengujian Black Box Testing yang komprehensif berhasil memverifikasi bahwa seluruh 20 skenario uji yang telah dirancang berjalan sesuai harapan dan spesifikasi. Ini membuktikan tingkat kelayakan fungsional sistem sebesar 100%, menegaskan bahwa semua fitur utama mulai dari proses registrasi dan *login*, pencatatan jurnal emosi harian, pengisian kuesioner PANAS mingguan, hingga fitur rekomendasi musik dan pengelolaan



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

konten oleh admin berfungsi secara optimal tanpa ditemukan *error* atau *bug* signifikan.

2. Penerimaan Pengguna (*User Acceptance Test* - UAT): Hasil User Acceptance Test yang melibatkan 12 responden menunjukkan penerimaan yang sangat positif terhadap fitur-fitur kunci aplikasi. Mayoritas responden secara konsisten memberikan penilaian tinggi (skor 4 atau 5 pada skala Likert 1-5) untuk aspek fungsionalitas, kemudahan antarmuka, dan kelancaran alur penggunaan pada fitur Jurnal Emosi, Kuesioner PANAS, Rekomendasi Musik, dan Artikel Edukasi. Hal ini secara jelas mengindikasikan bahwa sistem tidak hanya berfungsi dengan baik secara teknis, tetapi juga intuitif, relevan, dan memenuhi kebutuhan serta harapan pengguna target.
3. Usabilitas Sistem (*System Usability Scale* - SUS): Analisis System Usability Scale (SUS) menunjukkan bahwa aplikasi Vibely memiliki tingkat usabilitas yang sangat tinggi, dengan rata-rata skor 86,25 dari 22 responden. Skor ini jauh melampaui ambang batas "good" (68) dan bahkan mencapai kategori "excellent", menegaskan bahwa situs web dirancang dengan sangat baik, mudah dipelajari, efisien dalam penggunaan, dan secara keseluruhan memberikan pengalaman yang sangat memuaskan bagi pengguna akhir.
4. Loyalitas Pengguna (*Net Promoter Score* - NPS): Nilai Net Promoter Score (NPS) yang terhitung sebesar 31,82% (dengan 0% *Detractors*, 40,91% *Passives*, dan 59,09% *Promoters*) mengindikasikan tingkat kepuasan dan loyalitas pengguna yang kuat terhadap aplikasi. Angka ini masuk dalam kategori "good", menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna tidak hanya merasa cukup puas, tetapi juga secara aktif bersedia merekomendasikan aplikasi ini kepada orang lain. Ini merupakan indikator kuat potensi pertumbuhan pengguna organik dan keberlanjutan penggunaan sistem di masa mendatang.

Berdasarkan seluruh temuan ini, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah berhasil mengembangkan sebuah sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web yang efektif, usabel, dan diterima dengan baik oleh pengguna. Aplikasi ini mampu memberikan kontribusi nyata dalam membantu individu



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

memantau serta mengelola kondisi emosional mereka melalui pendekatan inovatif rekomendasi musik.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan implementasi sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web dengan rekomendasi musik untuk terapi, terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk pengembangan lebih lanjut dan arah penelitian di masa mendatang:

1. Peningkatan dan Diversifikasi Metode Rekomendasi Musik: Sistem saat ini telah berhasil mengimplementasikan *Rule-Based Filtering* untuk rekomendasi musik berdasarkan emosi harian dan hasil kuesioner PANAS mingguan. Untuk memberikan rekomendasi yang lebih personal, dinamis, dan adaptif, disarankan untuk mengeksplorasi integrasi metode rekomendasi berbasis data yang lebih canggih di masa depan. Ini dapat mencakup *Content-Based Filtering*, dengan menganalisis lebih dalam fitur-fitur musikal (genre, tempo, lirik, *mood* lagu) yang secara spesifik disukai pengguna berdasarkan interaksi mereka dengan rekomendasi yang diberikan. Alternatif lain adalah *Collaborative Filtering*, jika data interaksi antar pengguna (misalnya, pengguna dengan pola emosi serupa menyukai lagu yang sama) sudah mencukupi untuk menemukan pola preferensi yang serupa. Kombinasi dari beberapa metode (hibrida) juga dapat memberikan hasil yang lebih optimal.
2. Perluasan Cakupan Fitur Kesehatan Mental yang Lebih Komprehensif: Mengembangkan situs web tidak hanya sebagai platform pencatatan *mood* dan rekomendasi musik, tetapi dapat diperluas menjadi aplikasi yang menawarkan fitur intervensi atau dukungan kesehatan mental yang lebih komprehensif. Hal ini sejalan dengan meningkatnya urgensi masalah kesehatan mental dan perlunya solusi inovatif. Fitur tambahan dapat mencakup:
 - a. Latihan Relaksasi: Menambahkan modul latihan pernapasan terpandu atau meditasi singkat yang dapat diakses langsung di aplikasi untuk membantu pengguna mengelola kecemasan atau stres.
 - b. Jurnal Berpemandu: Mengembangkan fitur jurnal dengan *prompt* atau pertanyaan panduan untuk membantu pengguna merefleksikan emosi secara lebih mendalam dan terstruktur. Ini termasuk fitur untuk mencatat



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

hal-hal yang disyukuri (**Gratitude Journal**), yang terbukti dapat meningkatkan *mood* positif dan kebahagiaan.

- c. Tautan ke Sumber Daya Profesional: Menyediakan direktori atau tautan ke psikolog, terapis, atau layanan konseling *online* yang terpercaya, mengingat adanya kesenjangan akses terhadap layanan kesehatan mental yang diindikasikan oleh survei.
 - d. Aktivitas Pemicu Emosi Positif: Mengintegrasikan saran aktivitas kecil yang mendorong *mood* positif, seperti senyum (bahkan senyum paksa dapat memicu perasaan senang) atau melakukan tindakan kebaikan kecil (*Acts of Kindness*) yang dapat meningkatkan kebahagiaan individu.
 - e. Edukasi Interaktif: Selain artikel edukasi, dapat dikembangkan konten yang lebih interaktif seperti kuis, infografis, atau video singkat tentang strategi *coping* atau pentingnya *self-care*.
3. Pengembangan Fitur Pemantauan Holistik dan Analisis Pola Lanjutan: Mengembangkan situs web untuk tidak hanya memvisualisasikan data *mood* sesaat, tetapi juga memperluasnya menjadi aplikasi yang mampu memonitor dan menganalisis asupan kesehatan mental pengguna secara lebih holistik. Ini bisa mencakup:
- a. Pelacakan Pola Tidur: Mengintegrasikan fitur pelacakan pola tidur, mengingat tidur yang cukup merupakan bagian dari *self-care*.
 - b. Tingkat Aktivitas Fisik: Memungkinkan pengguna mencatat tingkat aktivitas fisik mereka, karena olahraga dapat memengaruhi *mood*.
 - c. Dampak Interaksi Sosial: Menambahkan opsi untuk mencatat dampak interaksi sosial terhadap *mood* pengguna, yang kemudian dapat dianalisis untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mereka.
 - d. Visualisasi Data Tingkat Lanjut: Meningkatkan visualisasi data riwayat emosi atau hasil PANAS dengan grafik yang lebih interaktif dan tren jangka panjang untuk membantu pengguna mengidentifikasi pola emosional.
4. Dukungan Multibahasa dan Peningkatan Aksesibilitas: Saat ini, sistem dikembangkan dalam bahasa Indonesia dan tidak mencakup versi



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

multibahasa. Untuk memperluas jangkauan pengguna dan relevansi global, pengembangan situs web dengan dukungan multibahasa perlu dipertimbangkan. Selain itu, aspek aksesibilitas (misalnya, untuk pengguna dengan disabilitas visual atau pendengaran) juga dapat ditingkatkan agar aplikasi dapat diakses oleh khalayak yang lebih luas, sejalan dengan kebutuhan antarmuka yang *responsif dan user-friendly*.

5. Studi Validasi dan Efektivitas Jangka Panjang: Melakukan studi lanjutan yang lebih mendalam dengan melibatkan kelompok kontrol dan pengujian jangka panjang. Tujuannya adalah untuk secara kuantitatif mengukur efektivitas terapi musik yang direkomendasikan oleh sistem, serta dampak keseluruhan aplikasi dalam meningkatkan kesehatan mental pengguna secara signifikan dan berkelanjutan. Hal ini akan memberikan bukti empiris yang lebih kuat mengenai dampak positif aplikasi.

Dengan mengadopsi saran-saran ini, diharapkan aplikasi web pengelolaan kesehatan mental "Vibely" dapat terus berevolusi, meningkatkan kualitas, *usability*, dan efektivitasnya, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih besar dan berkelanjutan dalam mendukung kesejahteraan mental individu di masa mendatang.

**POLITEKNIK
NEGERI
JAKARTA**



DAFTAR PUSTAKA

- Karyotaki E, Riper H, Twisk J, Hoogendoorn A, Kleiboer A, Mira A, Mackinnon A, Meyer B, Botella C, Littlewood E, Andersson G, Christensen H, Klein JP, Schröder J, Bretón-López J, Scheider J, Griffiths K, Farrer L, Huibers MJ, Phillips R, Gilbody S, Moritz S, Berger T, Pop V, Spek V, Cuijpers P. Efficacy of Self-guided Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy in the Treatment of Depressive Symptoms: A Meta-analysis of Individual Participant Data. *JAMA Psychiatry*. 2017 Apr 1;74(4):351-359. doi: 10.1001/jamapsychiatry.2017.0044. PMID: 28241179.
- Joseph Firth, Jake Linardon, John Torous, Mariel Messer & Matthew Fuller-Tyszkiewicz (2024) Efficacy of mental health smartphone apps on stress levels: a meta-analysis of randomized controlled trials, *Health Psychology Review*, 18:4, 839-852, DOI: 10.1080/17437199.2024.2379784
- Bidargaddi, N., Musiat, P., Winsall, M., Vogl, G., Blake, V., Quinn, S., & Schrader, G. (2017). Efficacy of a Web-Based Program for Reducing Depression in Adults With Type 2 Diabetes: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 19(5), e157. <https://doi.org/10.2196/jmir.7274>
- Aipina, D., & Witriyono, H. (2022). Pemanfaatan Framework Laravel dan Framework Bootstrap pada Pembangunan Aplikasi Penjualan Hijab Berbasis Web. *Jurnal Media Infotama*, 18(1), 36–42.
- Sinlae, F., Irwanda, E., Maulana, Z., & Eka Syahputra, V. (2024). Penggunaan Framework Laravel dalam Membangun Aplikasi Website Berbasis PHP. *Jurnal Siber Multi Disiplin*, 2(2), 119–132. <https://doi.org/10.38035/jsmd.v2i2.186>
- Rachmawati, A. A. (2020, November 27). Darurat kesehatan mental bagi remaja. *egsaugm*. <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat-kesehatan-mental-bagi-remaja/> (Accessed: 24 August 2023).
- World Health Organization (WHO). (2021). Depression and other common mental disorders: Global health estimates.

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

<https://www.who.int/publications/i/item/depression-global-health-estimates>

Park J, Lee J, Noh D. Mobile App for Improving the Mental Health of Youth in Out-of-Home Care: Development Study Using an Intervention Mapping Approach. *JMIR Hum Factors*. 2024 Nov 21;11:e64681. doi:10.2196/64681. PMID: 39571152; PMCID: PMC11621714.

F. Rifandi, T. Viki Adriansyah, and R. Kurniawati, "Website Gallery Development Using Tailwind CSS Framework," *Jurnal E-Komtek (Elektro-Komputer Teknik)*, vol. 6, no. 2, pp. 205–214, Dec. 2022, doi: 10.37339/ekomtek.v6i2.937.

SingleCare Team (2025, July 8). *Mental health Statistics 2025: These mental health statistics illustrate the prevalence of mental illness, the most common mental health, issues and their treatment options*. SingleCare. <https://www.singlecare.com/blog/news/mental-health-statistics/>

Behzad Soleimani Neysiani, Nasim Soltani, Reza Mofidi, Mohammad Hossein Nadimi-Shahraki. (2019). Improve Performance of Association Rule-Based Collaborative Filtering Recommendation Systems using Genetic Algorithm. *International Journal of Information Technology and Computer Science (IJITCS)*, 11(2), 48-55. DOI: 10.5815/ijitcs.2019.02.06

R. H. Mondy, A. Wijayanto, and W. Winarno, "RECOMMENDATION SYSTEM WITH CONTENT-BASED FILTERING METHOD FOR CULINARY TOURISM IN MANGAN APPLICATION," *ITSMART: Jurnal Teknologi dan Informasi*, vol. 8, no. 2, pp. 65–72, Jul. 2020, doi: 10.20961/itsmart.v8i2.35008.

Lauren, G., & Pik, T. (2019). Reaksi Detak Jantung Musisi Amatir dan Non-Amatir Terhadap Repatoar Klasik Bertempo Cepat dan Lambat dan Musik Dangdut. *JADECS (Jurnal of Art, Design, Art Education & Cultural Studies)*, 4(1), 26. <https://doi.org/10.17977/um037v4i1p26-31>



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

- Sloboda, John & O'Neill, Susan. (2001). "Emotions in everyday listening to music. in Music and Emotion: Theory and Research, eds P. N. Juslin and J. A. Sloboda.
- Ismaya & Asti. 2019. Penerapan Terapi Musik Klasik Untuk Menurunkan Tanda dan Gejala Pasien Perilaku Kekerasan di Rumah Singgah Dosaraso Kebumen.(diakses tanggal 02 Maret 2020)
- Syawal, H., & Helaluddin, H. (2018). Psikoanalisis Sigmund Freud Dan Implikasinya Dalam Pendidikan. Retrieved from Research Gate Website: https://www.researchgate.net/publication/323535054_Psikoanalisis_Sigmund_Freud_dan_Implikasinya_dalam_Pendidikan.
- Sinaga, F. S. H. S., & Winangsit, E. (2023). Terapi Musik untuk Meningkatkan Kesehatan Mental:: Tinjauan Literatur dalam Perspektif Psikodinamika. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(1), 1-12.
- Deal, K. H. (2007). Psychodynamic theory. *Advances in Social Work*, 8(1), 184-195.
- Ariyanto, Steve & Eduardo, Farrell & Valentino, Timothy & Stanislaw, William & Delisia, Julisen. (2024). Analisis Efektivitas Aplikasi Luminds Dalam Mendukung Kesehatan Mental Generasi Z Menggunakan Analisis SWOT. *TECHBUS (Technology, Business and Entrepreneurship)*. 2. 10-25. 10.61245/techbus.v2i1.19.
- Khoirunnisa, F. G., Puspita, A., Dianingtyas, R. A., Janah, A., & Miftah, N. (2019). PENGARUH PEMBERIAN MEDIA VISUAL DAN AUDIO TERHADAP MOOD (AFEK POSITIF DAN NEGATIF) PADA RENTANG USIA 19-23 (Replikasi Jurnal Effects of the Visual and Auditory Components of a Brief Mindfulness Intervention on Mood State and on Visual and Auditory Attention and Memory Task Performance, by E. Campillo, JJ Ricarte, L. Ros, M. Nieto, & JM Latorre).
- Ekkekakis, P. (2012). Affect, Mood, and Emotion. In G. Tenenbaum, R.C. Eklund & A. Kamata (Ed.). *Measurement in Sport and Exercise Psychology* (pp.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

321–332). Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved February 9, 2025, from <http://dx.doi.org/10.5040/9781492596332.ch-028>

Crawford JR, Henry JD. The positive and negative affect schedule (PANAS): construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *Br J Clin Psychol.* 2004 Sep;43(Pt 3):245-65. doi: 10.1348/0144665031752934. PMID: 15333231.

Semeraro A, Vilella S, Ruffo G (2021) PyPlutchik: Visualising and comparing emotion-annotated corpora. *PLOS ONE* 16(9): e0256503. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256503>

Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161-1178

Juslin, P. N., & Sloboda, J. A. (2010). *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*. Oxford University Press.

Schubert, E. (2013). Emotion felt by the listener and expressed by the music: Literature review and theoretical perspectives. *Frontiers in Psychology*, 4, 837. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00837>

Mindlab International. (2013). *A study investigating the relaxation effects of the music track Weightless by Marconi Union in consultation with Lyz Cooper*. Radox Spa/Mindlab International.

Neporent, L. (2023, July 17). World's most relaxing song may reduce anxiety by 65%. *Psychiatrist.com*. <https://www.psychiatrist.com/news/worlds-most-relaxing-song-may-reduce-anxiety-by-65/>

Andriyanto, R.M.A., Budiawan, H., Safrina, R., Rahman, P.S., Fredlina., & Putri, L.H.Y. (2024). *Exploring Sound Waves through a Frequency Study of the Ambience Music Weightless by Marconi Union*. Gondang: Jurnal Seni dan Budaya, Vol 8(2): Page. 288-305

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS



Penulis bernama Harits Taqiy Wibowo lahir dan besar di Jakarta sejak 24 Oktober 2001. Penulis pernah menimba ilmu di SMAN 54 Jakarta (2016 – 2019) dan SMPN 117 Jakarta (2013 – 2016). Penulis saat ini sedang menempuh Program Studi Diploma Empat Teknik Informatika di Politeknik Negeri Jakarta dan lulus pada tahun 2025.

© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta





© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Konsultasi Bimbingan Ahli

Harits Taqiy Wibowo Ganti

- 23 Maret 2025

19:00
 Anggreini Ade Putri Remiyanto S.Psi, M...
 Clinical Psychologist
 23 Maret 2025, 19:00
[Chat Ulang](#)
- 02 Maret 2025

Konsultasi dengan Selesai
 19:21
 Anggreini Ade Putri Remiyanto S.Psi, M...
 Clinical Psychologist
[Chat Ulang](#)
- 22 Februari 2025

Konsultasi dengan Selesai
 20:02
 Anggreini Ade Putri Remiyanto S.Psi, M...
 Clinical Psychologist
[Chat Ulang](#)

Harits Taqiy Wibowo Ganti

- 09 Juni 2025

Konsultasi dengan Selesai
 10:45
 Anggreini Ade Putri Remiyanto S.Psi, M...
 Clinical Psychologist
 09 Juni 2025, 10:45
[Chat Ulang](#)
- 18 Mei 2025

Konsultasi dengan Selesai
 19:00
 Anggreini Ade Putri Remiyanto S.Psi, M...
 Clinical Psychologist
 18 Mei 2025, 19:00
[Chat Ulang](#)

NEGERI JAKARTA



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

SURAT KETERANGAN KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini:

Nama Lengkap	: Harits Taqiy Wibowo
Nomor Induk Mahasiswa	: 2107411034
Semester/Jurusan/Prodi	: 8/Teknik Informatika dan Komputer/IT
Perguruan Tinggi	: Politeknik Negeri Jakarta
No. Telepon/HP	: 089696403132
Alamat	: Jl Kebon Nanas Selatan Jakarta Timur

Benar telah melakukan konsultasi dan bimbingan terhadap skripsinya yang berjudul **"Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan mental Berbasis Web dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi"** kepada **Anggreini Ade Putri Remiyanto, S.Psi, M.Psi, Psikolog** pada tanggal **25 Februari 2025 dan 2 Maret 2025**.

Demikian surat keterangan konsultasi ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 26 Maret 2025
Psikolog Pembimbing

Anggreini Ade Putri Remiyanto,
S.Psi, M.Psi, Psikolog





Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

SURAT KETERANGAN KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini:

Nama Lengkap	: Harits Taqiy Wibowo
Nomor Induk Mahasiswa	: 2107411034
Semester/Jurusan/Prodi	: 8/Teknik Informatika dan Komputer/IT
Perguruan Tinggi	: Politeknik Negeri Jakarta
No. Telepon/HP	: 089696403132
Alamat	: Jl Kebon Nanas Selatan Jakarta Timur

Benar telah melakukan konsultasi dan bimbingan terhadap skripsinya yang berjudul "Pengembangan Sistem Informasi Pengelolaan Kesehatan mental Berbasis Web dengan Rekomendasi Musik Untuk Terapi" Terkait Validasi Kuesioner dan Feedback Klinis kepada Anggreini Ade Putri Remiyanto, S.Psi, M.Psi, Psikolog pada tanggal 23 Maret, 18 Mei 2025 dan 2 Maret 2025.

Demikian surat keterangan konsultasi ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 15 Juli 2025
Psikolog Pembimbing

Anggreini Ade Putri Remiyanto,
S.Psi, M.Psi, Psikolog



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Lampiran 2 Validasi Kuesioner

Instruksi Pengisian Kuesioner

Sebelum mengisi kuesioner ini, harap perhatikan hal berikut:

1. Durasi Emosi: Jawablah pertanyaan berdasarkan seberapa sering Anda merasakan emosi-emosi berikut dalam satu minggu terakhir .
2. Skala Penilaian: Gunakan skala berikut untuk menjawab setiap pernyataan:
 - 1 = Tidak Pernah
 - 2 = Jarang
 - 3 = Kadang-Kadang
 - 4 = Sering
 - 5 = Sangat Sering

3. Menentukan Kondisi Mood

Setelah menghitung skor total untuk kedua dimensi, gunakan interpretasi berikut untuk menentukan kondisi mood responden:

A. Positive Affect (PA):

1. Skor Tinggi (≥ 35):
Responden cenderung merasa bahagia, antusias, dan energik.
Kondisi Mood: Positif, optimis, dan termotivasi.
2. Skor Sedang (25–35):
Responden memiliki tingkat emosi positif yang moderat.
Kondisi Mood: Netral atau stabil, tidak terlalu antusias tetapi juga tidak depresi.
3. Skor Rendah (< 25):
Responden jarang merasakan emosi positif.
Kondisi Mood: Negatif, kurang motivasi, atau apatis.

B. Negative Affect (NA):

1. Skor Tinggi (≥ 35):
Responden sering merasa tertekan, cemas, atau marah.
Kondisi Mood: Stres, cemas, atau depresi.
2. Skor Sedang (25–35):
Responden memiliki tingkat emosi negatif yang moderat.
Kondisi Mood: Ada sedikit kecemasan atau stres, tetapi masih dapat diatasi.
3. Skor Rendah (< 25):
Responden jarang merasakan emosi negatif.
Kondisi Mood: Tenang, stabil, dan nyaman.



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

4. Penilaian

Berdasarkan skor total PA dan NA, kondisi mood seseorang dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Mood Positif: Jika PA tinggi dan NA rendah.
- b. Mood Negatif: Jika NA tinggi dan PA rendah.
- c. Mood Campuran: Jika PA dan NA sama-sama tinggi.
- d. Mood Netral: Jika PA dan NA sama-sama rendah.

Kuesioner PANAS

Emosi Positif

1. Interested (Tertarik)
 - Seberapa sering Anda merasa penasaran dan ingin tahu lebih banyak terhadap sesuatu hal?
 - Seberapa sering Anda merasa tertarik pada hal baru atau ide yang menarik?
2. Excited (Bersemangat)
 - Seberapa sering Anda merasa tidak sabar untuk melakukan sesuatu yang Anda sukai?
 - Seberapa sering Anda merasa sangat bersemangat ketika ada hal seru yang akan terjadi?
3. Strong (Kuat)
 - Seberapa sering Anda merasa percaya diri dan siap menghadapi tantangan?
 - Seberapa sering Anda merasa kuat, baik secara fisik maupun mental?
4. Enthusiastic (Antusias)
 - Seberapa sering Anda merasa semangat untuk menjalani hari?
 - Seberapa sering Anda merasa penuh antusiasme hingga sulit diam?
5. Proud (Bangga)
 - Seberapa sering Anda merasa bangga atas pencapaian Anda, sekecil apa pun itu?
 - Seberapa sering Anda merasa puas dengan upaya yang telah Anda lakukan?
6. Alert (Waspada/Sadar Penuh)
 - Seberapa sering Anda merasa fokus dan waspada terhadap lingkungan sekitar?
 - Seberapa sering Anda merasa siap siaga untuk menghadapi situasi apa pun?



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

7. Inspired (Terinspirasi)

- Seberapa sering Anda tiba-tiba mendapatkan ide kreatif dan ingin segera mengerjakannya?
- Seberapa sering Anda merasa termotivasi oleh sesuatu yang Anda lihat atau dengar?

8. Determined (Bertekad)

- Seberapa sering Anda merasa yakin dan tidak mudah menyerah untuk mengejar tujuan Anda?
- Seberapa sering Anda merasa sangat bertekad untuk menyelesaikan sesuatu hingga tuntas?

9. Attentive (Penuh Perhatian)

- Seberapa sering Anda merasa dapat fokus sepenuhnya pada sesuatu yang sedang Anda kerjakan?
- Seberapa sering Anda merasa benar-benar memperhatikan detail dari hal yang Anda lakukan?

10. Active (Aktif)

- Seberapa sering Anda merasa penuh energi dan tidak mudah lelah?
- Seberapa sering Anda merasa ingin terus bergerak dan sulit diam?

Emosi Negatif

11. Distressed (Tertekan/Stres)

- Seberapa sering Anda merasa memiliki banyak beban pikiran sehingga sulit bersantai?
- Seberapa sering Anda merasa kelelahan, baik secara fisik maupun mental?

12. Upset (Kesal/Bad Mood)

- Seberapa sering Anda merasa jengkel atau tidak bersemangat karena sesuatu?
- Seberapa sering Anda merasa kecewa dan sulit untuk merasa lebih baik?

13. Guilty (Bersalah)

- Seberapa sering Anda merasa bersalah setelah melakukan atau tidak melakukan sesuatu?
- Seberapa sering Anda terus-menerus memikirkan kesalahan yang Anda lakukan?

14. Scared (Takut)

- Seberapa sering Anda merasa takut menghadapi sesuatu yang tidak pasti?



© Hak Cipta milik Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

- Seberapa sering Anda merasa cemas bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi?
15. Irritable (Cepat Marah/Tersinggung)
 - Seberapa sering Anda mudah marah pada orang lain tanpa alasan yang jelas?
 - Seberapa sering Anda merasa terganggu atau sensitif terhadap hal-hal kecil?
 16. Ashamed (Malu)
 - Seberapa sering Anda merasa sangat malu karena sesuatu yang Anda lakukan?
 - Seberapa sering Anda berharap bisa menghilang karena rasa malu?
 17. Nervous (Gugup/Cemas)
 - Seberapa sering Anda merasa gugup sebelum melakukan sesuatu?
 - Seberapa sering Anda merasa tegang dan sulit rileks?
 18. Jittery (Gelisah/Susah Tenang)
 - Seberapa sering Anda merasa gelisah tanpa alasan yang jelas?
 - Seberapa sering Anda merasa tidak nyaman karena sesuatu yang mengganggu?
 19. Hostile (Permusuhan/Kesal sama Orang)
 - Seberapa sering Anda merasa kesal atau tidak menyukai seseorang?
 - Seberapa sering Anda merasa sulit bersabar terhadap orang lain?
 20. Afraid (Takut/Ketakutan)
 - Seberapa sering Anda merasa sangat takut menghadapi sesuatu dalam hidup?
 - Seberapa sering Anda merasa tidak siap menghadapi situasi yang sulit?

Jakarta, 15 Juli 2025
Psikolog Pembimbing

Anggreini Ade Putri Remiyanto,
S.Psi, M.Psi, Psikolog



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Lampiran: Ringkasan dan Hasil Konsultasi Psikologis dalam Pengembangan Aplikasi Kesehatan Mental “Vibely”

Untuk memastikan bahwa pengembangan fitur aplikasi “Vibely” – sistem informasi pengelolaan kesehatan mental berbasis web dengan fitur rekomendasi musik untuk terapi – memiliki dasar psikologis yang valid, penulis melakukan serangkaian konsultasi bersama Psikolog Klinis Anggreini Ade Putri Remiyanto, M.Psi., Psikolog. Konsultasi dilakukan secara bertahap, dimulai dari tahap perancangan hingga evaluasi prototipe akhir. Tujuan utama konsultasi adalah memperoleh validasi dan masukan klinis terhadap fitur, instrumen, dan konten edukatif yang diintegrasikan ke dalam aplikasi

Konsultasi Pertama: Pemahaman Emosi dan Terapi Musik (22 Februari 2025)

Sesi ini membahas dasar pemahaman emosi pengguna serta efektivitas terapi musik sebagai fitur utama aplikasi.

Poin-poin penting:

1. Individu dapat belajar mengenali emosinya, meskipun awalnya sulit terutama dalam kondisi stres atau emosi campuran.
2. Pembelajaran emosi bisa melalui edukasi, observasi ekspresi orang lain, atau pengalaman pribadi.
3. Disarankan menyisipkan edukasi dasar mengenai emosi sebelum pengguna menggunakan fitur lanjutan.
4. Terapi musik diakui dapat membantu regulasi emosi, tetapi efektivitasnya sangat subjektif dan bukan pengganti terapi psikologis.
5. Aplikasi sebaiknya menyediakan alternatif pemilihan emosi bagi pengguna yang tidak mampu mendefinisikan perasaan secara verbal, misalnya dengan pertanyaan seperti:
 - a) “Apa kondisi perasaanmu saat ini?”
6. Teknik dasar pengelolaan emosi yang bisa diajarkan meliputi pernapasan dalam, relaksasi, distraksi positif, dan journaling.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Konsultasi Kedua: Validasi Kuesioner PANAS dan Rencana Konten Edukasi (2 Maret 2025)

Sesi ini berfokus pada instrumen pengukuran mood dan konten edukasi yang akan ditampilkan dalam aplikasi.

Poin-poin penting:

1. Kuesioner PANAS (Positive and Negative Affect Schedule) dinilai sesuai untuk mengukur emosi positif dan negatif mingguan.
2. Disarankan untuk memastikan versi Bahasa Indonesia kuesioner telah melalui uji validitas dan reliabilitas.
3. Interpretasi hasil PANAS sebaiknya disertai saran tindakan (non-diagnostik), seperti journaling atau mendengarkan musik tertentu.
4. Psikolog mendukung rencana edukasi aplikasi berupa:
 - a) Edukasi tentang emosi dasar dan pentingnya kecerdasan emosional.
 - b) Tips praktis mengelola emosi sehari-hari.
 - c) Hubungan antara musik dan suasana hati.
 - d) Motivasi dan kutipan harian.
5. Ditekankan bahwa konten edukasi tidak perlu terlalu banyak, tetapi relevan, mudah dipahami, dan tidak melebar dari tujuan utama aplikasi.

Konsultasi Ketiga: Review Konten dan Instrumen (18 Mei 2025)

Sesi ini berfungsi sebagai validasi konten secara administratif dan memastikan kesiapan konten sebelum uji coba.

Poin-poin penting:

1. Penulis mengirimkan dokumen berisi:
 - a) Daftar pertanyaan PANAS untuk setiap emosi.
 - b) Draft konten edukasi tentang emosi dan regulasinya.
2. Psikolog menyatakan bersedia memeriksa konten dan memberikan validasi secara asinkron pada hari kerja berikutnya.



Hak Cipta :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penulisan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar Politeknik Negeri Jakarta
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dari Jurusan TIK Politeknik Negeri Jakarta

Konsultasi Keempat: Uji Aplikasi dan Feedback Klinis (9 Juni 2025)

Sesi ini merupakan evaluasi langsung terhadap prototipe aplikasi dari sudut pandang profesional psikologi klinis.

Poin-poin penting:

1. Fitur journaling dinilai efektif untuk refleksi dan pelacakan emosi, dengan catatan pentingnya konsistensi pengguna.
2. Frekuensi isian PANAS mingguan dianggap cukup representatif untuk memantau kondisi mood secara berkala.
3. Rekomendasi musik berdasarkan hasil kuesioner dinilai dapat digunakan sebagai alat bantu (bukan diagnosis atau terapi utama).
4. Konten edukasi seperti artikel pendek atau infografis dapat meningkatkan literasi emosional, asalkan disesuaikan dengan bahasa yang sederhana dan relevan.
5. Saran penting dari psikolog:
 - a) Tambahkan opsi “akses sebagai tamu” untuk pengguna yang hanya ingin membaca konten tanpa mendaftar akun.
 - b) Tekankan bahwa aplikasi tidak dimaksudkan untuk diagnosis gangguan psikologis, melainkan sebagai alat bantu reflektif dan promotif.
6. Psikolog bersedia mencoba aplikasi dan mengisi formulir evaluasi yang telah diberikan.