

ABSTRAK

Kesehatan merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia, di mana obesitas dan rendahnya literasi gizi menjadi masalah serius yang mempengaruhi individu serta masyarakat secara keseluruhan. Data menunjukkan peningkatan signifikan angka obesitas di berbagai kelompok usia di Indonesia, termasuk anak-anak dan wanita reproduktif. Selain itu, rendahnya literasi gizi mengakibatkan pemahaman yang buruk tentang pola makan sehat, memperburuk kondisi ini. Masalah utama penelitian ini adalah keterbatasan waktu untuk berkonsultasi dengan ahli gizi, yang menghambat upaya mengatasi obesitas secara efektif.

Untuk mengatasi masalah tersebut, penelitian ini menawarkan solusi berupa aplikasi konsultasi diet berbasis Deep Learning yang diberi nama "Dietary". Aplikasi ini dirancang untuk memberikan rekomendasi diet yang personal dan sesuai kebutuhan pengguna dengan menggunakan teknologi Deep Learning. Melalui aplikasi ini, pengguna dapat mengakses informasi gizi dan rekomendasi diet kapan saja tanpa harus bertemu langsung dengan ahli gizi, sehingga mengatasi keterbatasan waktu dan meningkatkan literasi gizi masyarakat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi "Dietary" secara signifikan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan gizi pengguna, serta membantu mereka dalam menurunkan berat badan. Hasil pengujian menunjukkan bahwa aplikasi ini efektif dalam mendeteksi makanan, menyediakan informasi gizi, dan memberikan rekomendasi diet yang akurat dan pengguna melaporkan peningkatan kepuasan rata-rata di atas 87% . Aplikasi ini sudah dilakukan uji coba oleh nutrisionis dan memberikan umpan balik yang baik untuk aplikasi. Nutrisionis memvalidasi semua aspek perhitungan dan rumus yang digunakan aplikasi untuk memastikan kesesuaian dalam penggunaan perhitungan gizi. Berdasarkan hasil evaluasi aplikasi lulus dalam penggunaan rumus dan perhitungan dan dinilai sebagai aplikasi yang dapat membantu pengguna dalam melakukan diet baik itu pengguna non obesitas maupun pengidap obesitas. Kesimpulannya, aplikasi "Dietary" dapat menjadi alat yang efektif dalam mengatasi masalah obesitas dan literasi gizi, dengan potensi untuk meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Kata kunci : aplikasi kesehatan, deep learning, konsultasi diet, literasi gizi, obesitas