

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Salah satu faktor yang penting dalam pengaturan pola hidup yang sehat adalah ketersediaan informasi tentang kesehatan yang cepat, baik dan akurat. Informasi masalah kesehatan sangat dibutuhkan dalam upaya untuk mencegah terjadinya penyakit, akibat tidak terkontrolnya sikap maupun perilaku dari pola hidup dan kebiasaan yang mendorong untuk selangkah lebih mundur dari yang disebut sehat (Putra dkk., 2011). Masalah yang timbul adalah ketika seseorang belum mengetahui apakah tubuh yang dimiliki sudah ideal. Untuk mengatasi masalah tersebut perlu adanya aplikasi yang menyediakan informasi mengenai berat badan ideal dan juga panduan diet yang meminimalkan kekeliruan mengenai pola makan (Parno dan Mahadini, 2012).

Pola makan yang seimbang adalah mengonsumsi makanan yang terdiri dari beranekaragam golongan makanan yang sesuai dengan kebutuhan jumlah kalori yang dibutuhkan. Tidak semua orang mengetahui jumlah kalori yang dibutuhkan oleh tubuh dan mengabaikan makanan yang sehat. Masyarakat lebih cenderung memilih makanan yang mengenyangkan dan memiliki rasa yang nikmat tanpa menghiraukan kandungan gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi (Novita dan Sulistyanto, 2015).

Menurut Nesia (2010), untuk memperoleh kesehatan dalam tubuh dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, seperti : olahraga, makan teratur, istirahat cukup, serta diet berdasarkan golongan darah. Cara diet ini menghasilkan kesehatan yang sangat baik pada tubuh

manusia, dimana mereka yang menjalankan diet ini tidak memakan makanan yang dianggap bertentangan dengan golongan darah mereka. Dalam penelitian tersebut Nesia (2010) membangun sebuah aplikasi diet berdasarkan golongan darah berbasis multimedia yang bertujuan untuk menyediakan informasi tentang seputar anjuran dan pantangan makanan berdasarkan jenis golongan darah, pengukuran berat badan ideal, pengukuran kalori tubuh beserta data kalori bahan makanan, dan tips hidup sehat. Pada penelitian tersebut aplikasi ini belum online, sehingga untuk mengupdate menu diet makanan berdasarkan golongan darah akan lebih sulit.

Menurut Sanjaya (2014), Obesitas menjadi masalah bagi sebagian banyak orang. Penyakit ini muncul pada manusia karena banyak sebab antara lain pola makan, kurang olahraga atau memang keturunan genetik orang tersebut. Obesitas bisa mendatangkan berbagai macam penyakit seperti diabetes tipe 2, serangan jantung, hipertensi, kolesterol tinggi hingga kanker. Dalam penelitian tersebut Sanjaya (2014) membangun aplikasi rekomendasi diet berbasis android yang bertujuan untuk membantu pengguna dalam pemilihan program diet dan mencegah resiko kegagalan dietnya. Pada penelitian tersebut tidak ada pengelolaan waktu makan dan menu makan yang sesuai dengan keinginan pengguna yang menyebabkan pengguna harus mengingat waktu makan secara manual.

Berdasarkan permasalahan di atas, salah satu solusi untuk mempermudah pemilihan menu makanan tersebut adalah dengan dibuatnya sebuah aplikasi yang dapat memberikan rekomendasi pilihan menu makanan yang sesuai dengan golongan darah (Hikmah dkk., 2013).

Perbandingan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dibangun dapat dirangkum pada tabel berikut ini :

Tabel 2.1 Perbandingan Penelitian

No	Item Pemanding	Nesia (2010)	Sanjaya (2014)	Wijaya(*) (2017)
1	Judul	Pembangunan Aplikasi Diet Berdasarkan Golongan Darah Berbasis Multimedia	Pengembangan Aplikasi Rekomendasi Diet Berbasis Android	Pembangunan Aplikasi Panduan Diet Sehat Golongan Darah Berbasis Android
2	Tujuan	Membangun aplikasi diet berdasarkan golongan darah berbasis multimedia	Membangun aplikasi rekomendasi diet bagi penderita obesitas	Membangun aplikasi panduan diet sehat golongan darah berbasis mobile.
3	Basis Data	Ya	Ya	Ya
4	Platform	Mobile	Web dan Mobile	Web dan Mobile
5	Bahasa Pemrograman	Action Script	Java, HTML, PHP	Java, PHP, HTML, Java Script
6	OS	Symbian OS™ S60 3rd edition	Android	Android
7	Notifikasi	-	-	Ya
8	Pengaturan Jadwal Makan	-	-	Ya
8	Sasaran	Umum	Umum	Umum

(*) Penelitian Penulis