

BAB II

Tinjauan Pustaka

Diet rendah kalori tinggi protein adalah salah satu metode diet yang banyak digunakan oleh atlet binaraga. Diet jenis ini bergantung pada jumlah kalori masing-masing orang dan berat badan yang diinginkan. Manfaat kalori dalam tubuh sangat dibutuhkan sebagai bahan energi yang kita butuhkan. Tubuh manusia membutuhkan kalori untuk menghasilkan panas yang dimanfaatkan untuk membuat organ-organ berkerja. Untuk menghasilkan panas inilah kalori dibutuhkan oleh tubuh.

Diet golongan darah adalah diet yang disandarkan kepada golongan darah. Jenis atau golongan darah tersebut mempunyai karakter yang berbeda-beda pula sehingga cara menerima masukan terhadap asupan makanan yang dikonsumsi juga akan berbeda. Artinya, efek yang dihasilkan asupan makanan terhadap darah akan berlainan sesuai dengan golongan darah yang dimiliki (Nesia, 2010).

Penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan topik ini antara lain, Bangun Aplikasi diet berdasarkan golongan darah berbasis multimedia (Nesia, 2010). Pengembangan Simulasi Nutrisi Dan Kebutuhan Kalori Dengan Metode Telepon Seluler (Hutapea, 2008). Aplikasi ini dibangun dengan menggunakan teknologi Java 2 Micro Edition dan MIDP versi 2.0. Kelebihan aplikasi ini adalah menyajikan informasi yang terlihat lebih baik dan

menarik, selain itu dapat diakses dimanapun dan kapanpun. Selain itu (Saputro, 2004) Membangun Sistem Pendukung Keputusan Penyusunan Program Diet Dengan Metode Program Dinamik Berbasis Short Message Service dan Analisis Dan Perancangan Aplikasi Penyusun Menu Diet Bagi Anak-Anak, Normal, Rendah Kalori Dan Tinggi Kalori (Fahri, 2013).

Perbandingan penelitian diatas dengan penelitian yang akan di bangun dapat dirangkum pada table berikut ini:

Tabel 2.1. Perbandingan Penelitian

Item Perbandingan	Nesia (2010)	Hutapea (2008)	Saputro (2004)	Fahri (2013)	Sanjaya (2014) (*)
Judul Penelitian	Pembangunan aplikasi diet berdasarkan golongan darah berbasis multimedia	Pengembangan Aplikasi Simulasi Nutrisi dan Kebutuhan Kalori Dengan Telepon Seluler	Sistem pendukung keputusan penyusun program diet dengan metode program dinamik berbasis <i>short message service</i>	Analisis dan perancangan aplikasi penyusun menu diet bagi anak-anak, normal, rendah kalori dan tinggi kalori	Pengembangan aplikasi rekomendasi diet berbasis <i>web service</i> pada <i>platform android</i>
Tujuan	Membangun aplikasi diet berdasarkan golongan darah berbasis multimedia.	Mengembangkan aplikasi simulasi nutrisi dan kebutuhan kalori dengan telepon Ssluler.	Membangun sistem pendukung keputusan penyusun program diet dengan metode program dinamik berbasis <i>short message service</i> .	Membangun aplikasi penyusunan menu diet bagi anak-anak, normal	membangun aplikasi rekomendasikan diet pagi penderita obesitas

Item Perbandingan	Nesia (2010)	Hutapea (2008)	Saputro (2004)	Fahri (2013)	Sanjaya (2014) (*)
Elemen Multimedia:					
a. Teks	√	√	√	√	√
b. Gambar	√	√	-	√	√
c. Animasi	√	-	-	-	-
d. Audio	√	-	-	-	√
e. Video	-	√	-	-	√
Fitur Aplikasi :					
a. Menu diet	√	-	-	√	√
b. Pantangan makan	√	-	-	-	√
c. Pengukuran BMI	√	√	√	√	√
d. Pengukuran kalori tubuh	√	-	-	√	√
e. Data kalori makanan	√	-	-	√	√

Item Perbandingan	Nesia (2010)	Hutapea (2008)	Saputro (2004)	Fahri (2013)	Sanjaya (2014) (*)
f. Tempat Gym	-	-	-	-	√
g. Panduan Olahraga	-	-	-	-	√
h. Tips diet	√	√	-	-	√
i. Profil Pembuat	√	√	-	√	√
Metode penelitian					
a. Studi Pustaka	√	√	√	√	√
b. Wawancara dan Kuesioner	√	√	√	-	√
c. Pembangunan Perangkat Lunak	√	√	√	-	√

(*) : sedang dalam proses penelitian