

ABSTRAK

Dika Ariesaputra (11150279), Sistem Pakar Pedoman Kalkulasi Gizi Seimbang Berdasarkan IMT Berbasis Web

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, pekerjaan, usia, jenis kelamin dan berat badan (BB). Oleh karena itu sangatlah penting untuk dijaga keseimbangannya. Bagi mereka yang peduli dengan gizi seimbang, keberadaan seorang pakar atau ahli di bidang pakar gizi sangatlah diperlukan. Sudah barang tentu seorang spesialis gizi adalah orang yang tepat. Orang yng ingin mengetahui kondisi keseimbangan gizinya akan berkonsultasi dengan spesialis gizi tersebut. Oleh karena itu, peneliti membuat riset system pakar untuk pedoman kalkulasi gizi seimbang berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan metode *forward chaining* berbasis web beserta solusinya. Sistem ini dibuat agar orang yang peduli dan ingin tahu mengenai keseimbangan gizi dirinya dapat mengerti dan memahami dengan baik sehingga akan tercipta pola hidup sehat berdasarkan solusi yang didapat melalui perhitungan IMT. Aplikasi yang digunakan untuk membuat program sistem pakar ini adalah DREAMWEAVER CS4, XAMPP, MySQL. Hasil dari riset ini adalah berupa program aplikasi yang dapat membantu user mendapatkan informasi gizi dirinya beserta solusi sehingga tercipta pola hidup sehat.

Kata kunci: Sistem Pakar, IMT, *Forward Chaining*

ABSTRACT

Dika Ariesaputra (11150279), Expert System for Balanced Nutrition Calculation Using BMI Based on WEB

Nutrition's balanced is a daily diet that contains nutrients in type and quantity that fit the needs of the body, by observing the principle of diversity and variation of food, physical activity, occupation, age, gender and weight. Therefore it is very important to be kept in balance. For those who care about nutrition's balance, the presence of an expert or expert in the field of nutritionist is necessary. It's certainly a nutrition's specialist is the right person. People who want to know the condition of their nutrient balance will consult with that nutrition's specialist. Therefore, researchers are making expert system research for nutritional's balanced calculation guidelines based on the BMI (time index) with web-based forward chaining methods and solutions. This system is made so people who care and want to know about their nutrition balance can understand and will create a healthy lifestyle based on solutions obtained by BMI calculation. The application that used to make this expert system program is DREAMWEAVER CS4, XAMPP, and MySQL. The result of this research is an application program that can help users get their nutritional information and solutions to create a healthy lifestyle.

Key words: Expert System, BMI, Forward Chaining



STMIK
NUSA MANDIRI