

ABSTRAK

Pandemi yang sudah melanda selama dua tahun terakhir membuat masyarakat lebih sadar tentang pola hidup sehat termasuk mulai memperhatikan pola makan yang lebih sehat. *Plant based diet* atau pola makan berbasis tumbuhan menjadi salah satu pola makan yang sedang tren pada saat terjadinya pandemi. Pola makan berbasis tumbuhan ini merupakan pola makan yang menu-menunya berasal dari tumbuhan (nabati) bisa sebagian ataupun keseluruhan. Adapun manfaat dari pola makan berbasis tumbuhan ini yaitu, memberikan dampak lingkungan yang lebih baik, mengurangi efek pemansan global dan pencemaran lingkungan, meningkatkan kualitas hidup, mengurangi faktor resiko pada penyakit kronis dan menurunkan derajat obesitas.

Untuk menjalankan pola makan berbasis tumbuhan dengan tujuan lebih sehat dibutuhkan pengetahuan tentang pemahaman zat gizi. Namun, pengetahuan mengenai pola makan ini masih sangat terbatas. Selain itu, jika setiap ingin mempersiapkan makanan harus menghitung kebutuhan gizinya terlebih dahulu kemudian mencari menunya di buku atau di internet maka akan sangat tidak efektif dan efisien. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka diperlukanlah sebuah sistem yang dapat memberikan rekomendasi menu makanan untuk pola makan berbasis tumbuhan dengan memperhatikan kebutuhan gizinya.

Sistem rekomendasi sudah banyak dibangun untuk merekomendasikan menu makanan, seperti sistem rekomendasi MPASI menggunakan metode TOPSIS dan ontology serta sistem rekomendasi menu makanan untuk kebutuhan ibu hamil dan masih banyak lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini mengusulkan pembuatan sistem rekomendasi menu makanan untuk pola makan berbasis tumbuhan (*plant based diet*) menggunakan metode TOPSIS. Metode TOPSIS digunakan karena dapat mengevaluasi solusi terbaik dengan nilai tertinggi dari indeks persamaan dan cocok digunakan untuk merekomendasikan resep makanan.

Berdasarkan hasil implementasi dan pengujian dari penelitian ini menunjukkan bahwa metode TOPSIS terbukti mampu untuk memberikan hasil rekomendasi menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi *user* yaitu dengan akurasi yang dihasilkan sebesar 80% berdasarkan penilaian oleh ilmuan gizi.