

## Langkah-Langkah Penggunaan

### 1. Persiapan Awal

- Pastikan alat sudah menyala dan terhubung ke jaringan Wi-Fi lokal.
- Siapkan posisi berdiri tegak di bawah sensor dengan kepala lurus.

### 2. Pengukuran Tinggi Badan

- Berdiri tepat di bawah alat.
- Sensor akan otomatis mengukur tinggi badan dalam satuan centimeter.
- Tinggi badan akan dikirim dan ditampilkan secara real-time di halaman website (**menu Real-time Display**).

### 3. Input Data Berat Badan dan Identitas

- Admin dapat menginput data pengguna melalui **Dashboard Admin > Input Data**.
- Data yang diisi:
  - Nama lengkap
  - NIP
  - Jenis Kelamin
  - Tinggi badan (otomatis terdeteksi)
  - Berat badan (diisi manual)
  - Foto pengguna

### 4. Hasil & Status Berat Badan

- Sistem akan menghitung berat badan ideal:
  - **Laki-laki:**  $(\text{tinggi badan} - 100) - (10\% \times (\text{tinggi badan} - 100))$
  - **Perempuan:**  $(\text{tinggi badan} - 100) - (15\% \times (\text{tinggi badan} - 100))$
- Status berat badan akan ditentukan sebagai:
  - **Kurus**
  - **Ideal**
  - **Gemuk**

### 5. Melihat Hasil

- Admin bisa melihat semua data pengguna di halaman **Dashboard Admin**.
- Pengguna dapat login untuk melihat data pribadi melalui **Dashboard User**.