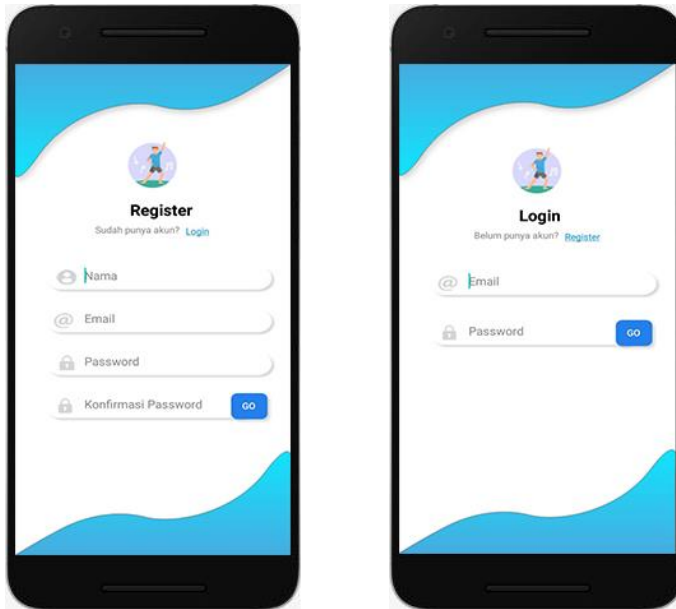


Dokumentasi Cara Penggunaan Aplikasi

❖ Register dan Login

- Masukkan data diri pengguna seperti nama, email, dan password. Setelah melakukan pendaftaran akun, pengguna harus melakukan login terlebih dahulu.



❖ Halaman Beranda

- Pada halaman ini ditampilkan informasi pengguna dan fitur unggulan aplikasi

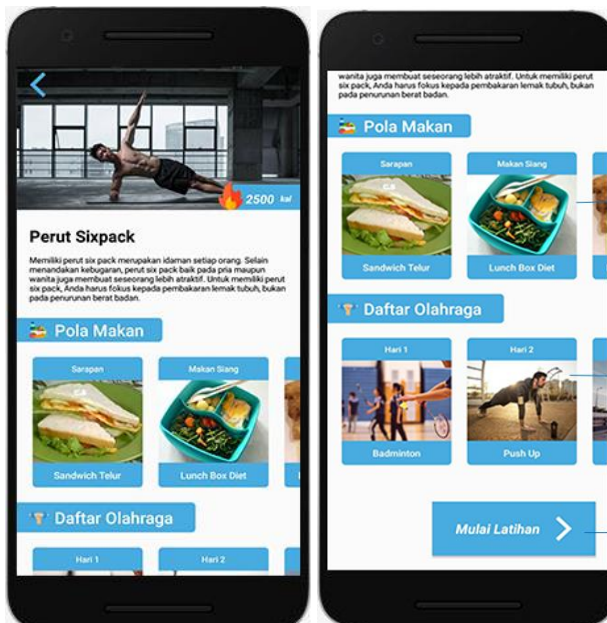


❖ Menu Program Kesehatan

- Pengguna dapat melihat daftar - daftar program kesehatan yang dapat menunjang pola hidup sehat. Untuk melihat informasi detail mengenai program, tekan **Detail Program**



- Berikut adalah tampilan dari detail program kesehatan yang berisi gambar program kesehatan, deskripsi, kalori yang terbakar, serta rekomendasi pola makan dan olahraga yang akan menunjang keberhasilan program kesehatan



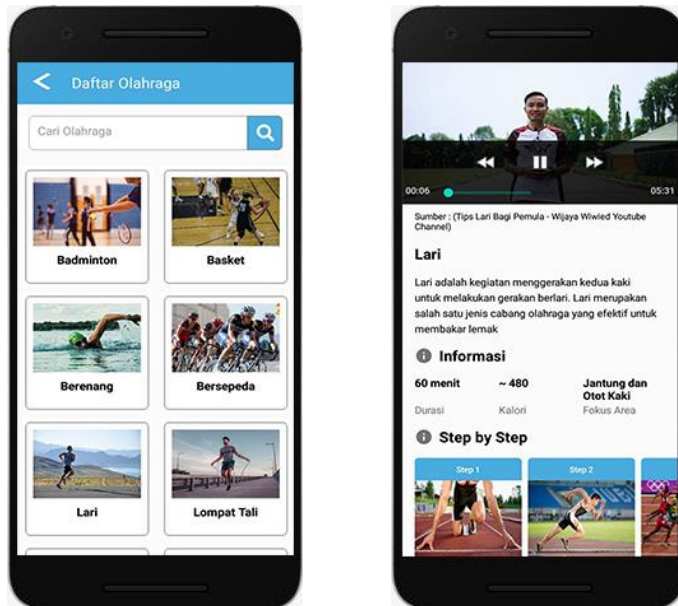
Jenis makanan telah ditentukan secara otomatis sesuai dengan program kesehatan yang dipilih.

Aplikasi Kitafit memberikan rekomendasi olahraga yang dapat diikuti sesuai dengan program kesehatan yang dipilih.

Tekan **Mulai Latihan** untuk memulai program kesehatan. Untuk menjaga konsistensi pengguna, maka setiap pengguna hanya dapat mengambil 1 program sampai program itu selesai dilaksanakan.

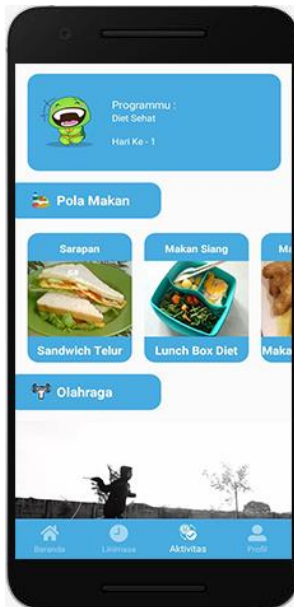
❖ Menu Olahraga

- Pengguna dapat melihat daftar olahraga dan melakukan pencarian sesuai dengan jenis olahraga yang diinginkan. Untuk melihat informasi detail mengenai olahraga, tekan gambar pada salah satu jenis olahraga yang diinginkan. Pada bagian detail ditampilkan gambar program kesehatan, deskripsi, kalori yang terbakar, serta rekomendasi pola makan dan olahraga yang akan menunjang keberhasilan program kesehatan

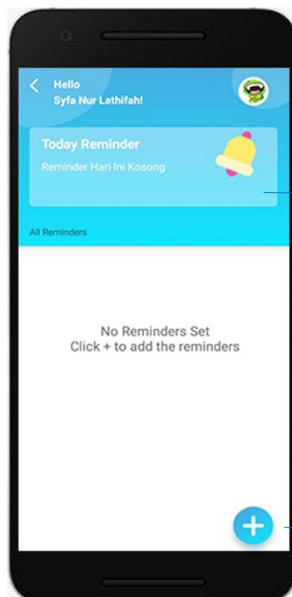


❖ Menu Aktivitas

Menu aktivitas akan muncul setelah pengguna mendaftar pada salah satu program kesehatan. Pada menu ini akan ditampilkan aktivitas – aktivitas apa saja yang harus pengguna lakukan setiap harinya sesuai dengan program yang diikutinya.



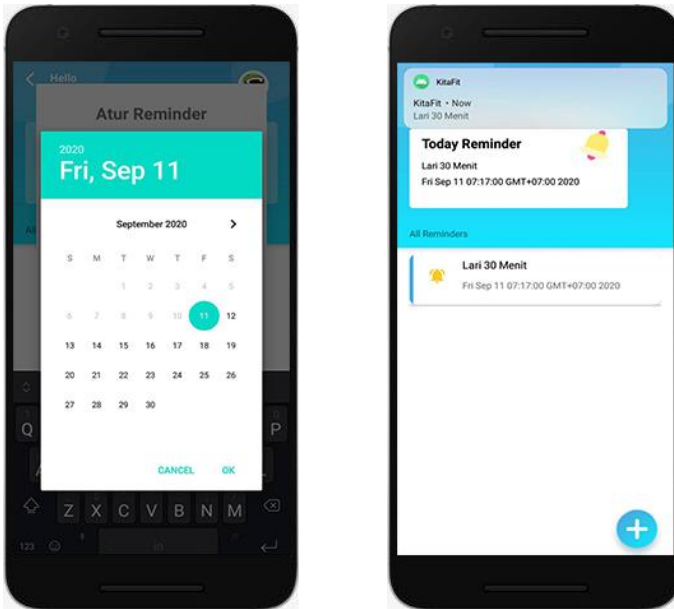
❖ Fitur Reminder



Pada bagian ini, aplikasi akan menampilkan daftar reminder di hari ini. Karena pengguna belum membuat reminder, maka daftarnya pun kosong

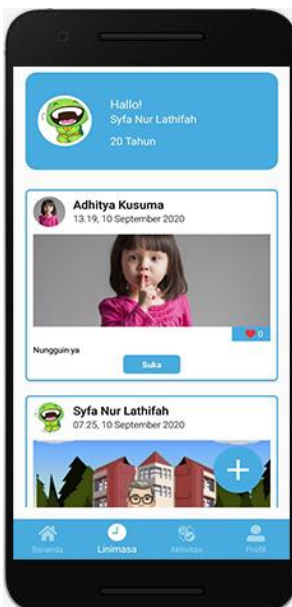
Untuk menambah daftar reminder baru, tekan icon +

- Untuk menambah reminder baru, pengguna dapat mengatur tanggal dan waktu serta judul reminder yang diinginkan. Selanjutnya, reminder tadi akan secara otomatis masuk kedalam daftar reminder dan akan muncul notifikasi alarm sesuai dengan waktu yang telah diatur.

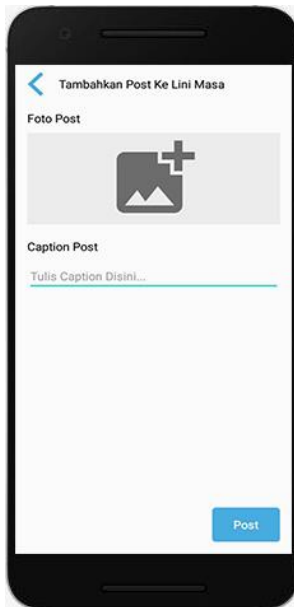


❖ **Fitur Sosial / Linimasa**

- Aplikasi Kitafit memberikan akses pada seluruh pengguna untuk melakukan aktivitas sosial seperti menambah postingan baru, menyukai postingan pengguna lain. Pengguna juga dapat menambah postingan baru dengan menekan icon +

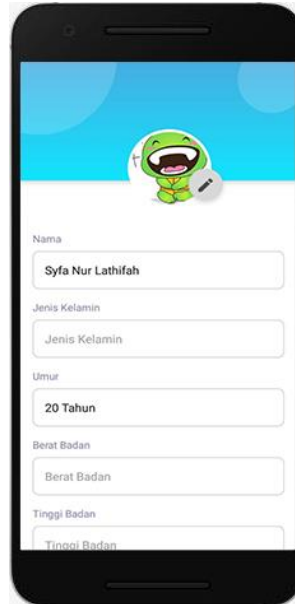
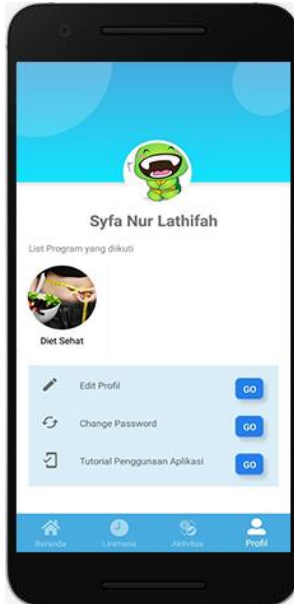


- Untuk menambahkan postingan baru, pengguna dapat menambah foto dan caption. Pengguna juga dapat membagikan progress dari setiap program kesehatannya dan tetap bisa berinteraksi dengan pengguna lain.



❖ Profil Pengguna

- Pada bagian profil ditampilkan informasi pengguna dan list program – program yang diikuti. Pengguna juga dapat melakukan edit informasi tambahan seperti foto profil, nama, jenis kelamin, umur, berat badan, dan tinggi badan



- Pengguna juga dapat mengganti password dengan melakukan reset password

