

# BUKU PETUNJUK PENGUNAAN WEBSITE HiHealth



**Website Ini Dibuat Oleh :**

Jabal Rachmah ( 1103184016 )

Dian Rezky Wulandari ( 1103184022 )

Denda Rania Ratu Kelanswara ( 1103184072 )

Mohammad Naufal Nabil Abdillah ( 1103184062 )

Damas Adiyanto ( 1103184117 )

**S1 Teknik Komputer Telkom University**

**( TK – 42 – 05 )**



## DAFTAR ISI

1. Menu Tampilan Awal .....	1
1.1. Menu Help .....	1
1.2. Menu Login .....	2
1.3. Menu Sign Up .....	3
2. Menu User .....	5
2.1. Home .....	5
2.2. Perhitungan BMI .....	5
2.3. Perhitungan Kalori .....	6
2.4. Daftar Kalori Makanan .....	8
2.5. Edit Profile .....	9
3. Menu Admin .....	11
3.1. Home .....	11
3.2. Daftar User .....	11
3.3. Daftar Kalori Makanan .....	12



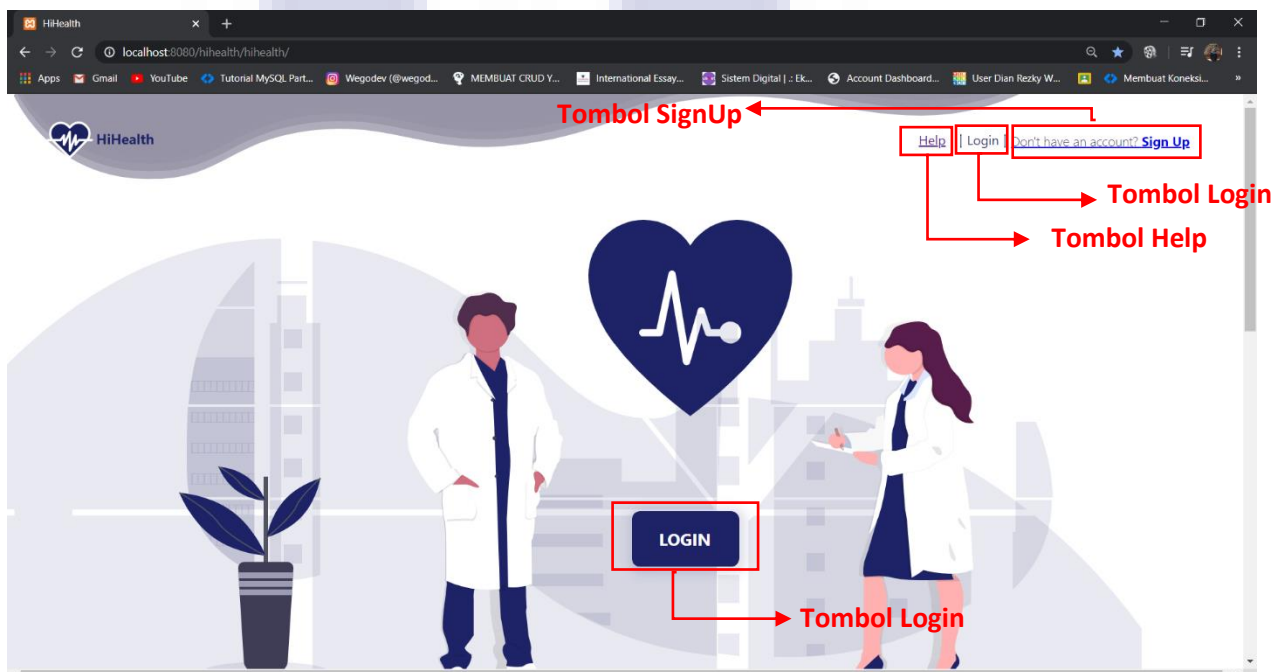
# **BUKU PANDUAN UNTUK USER DAN ADMIN**

## **1. Menu Tampilan Awal**

Ketika anda mengakses website HiHealth, anda akan menemukan tampilan awal dari website HiHealth seperti dibawah ini. Tampilan awal berisi :

- a. Menu Login
- b. Menu Help
- c. Menu Signup

Masing – masing menu diatas akan dijelaskan lebih lanjut setelah ini.

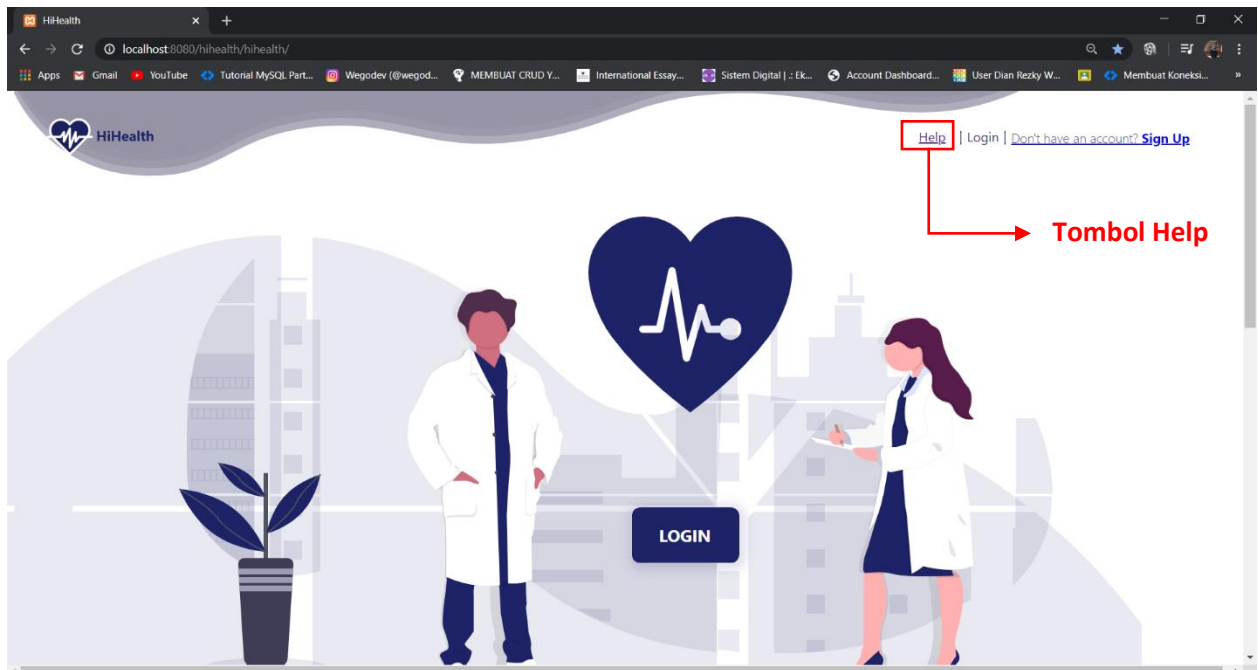


### **1.1. Menu Help**

Menu Help ini berisikan buku panduan yang dapat diunduh baik oleh user maupun admin yang merasa bingung dalam menjalankan website kesehatan HiHealth ini. Cara Penggunaan :

- a. Klik tombol help tersebut.
- b. Setelah mengklik tombol help tersebut, maka akan diarahkan ke link yang berisikan buku panduan website HiHealth ini.
- c. Anda bisa mendownload file tersebut yang berbentuk pdf.



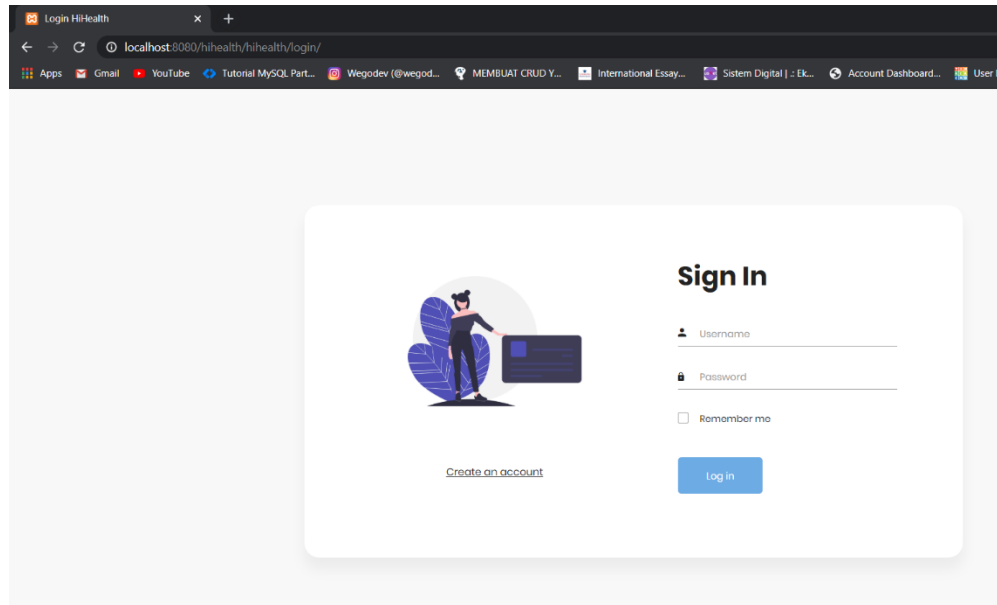


## 1.2. Menu Login

Menu login ini merupakan fitur yang dapat digunakan baik oleh user maupun admin. Fitur login ini digunakan jika admin ataupun user ingin mengakses fitur – fitur yang disediakan oleh website kesehatan HiHealth ini. Cara melakukan login adalah sebagai berikut :

- Pastikan anda sudah memiliki akun. Jika belum memiliki akun, silahkan daftar pada menu Signup.
- Klik tombol login pada menu tampilan dari website ini.
- Di menu ini disediakan kolom untuk mengisi username dan password anda.
- Isikan kolom username dengan username yang sudah anda daftarkan sebelumnya.
- Isikan kolom password dengan password yang sudah anda daftarkan sebelumnya.
- Setelah semua kolom diisi, klik tombol login.
- Kemudian anda akan diarahkan menuju menu home dari website HiHealth ini.





### 1.3. Menu Sign Up

Menu Sign Up ini merupakan fitur yang dapat digunakan oleh user / pengguna baru yang ingin menggunakan beberapa fitur kesehatan yang disediakan oleh website HiHealth ini. Cara melakukan pendaftaran di website ini yaitu :

- Klik tombol sign up pada menu tampilan awal website HiHealth. Kemudian anda akan diarahkan pada menu Sign Up.
- Terdapat beberapa kolom yang berisikan data – data yang harus anda isi seperti nama lengkap, email, username, password, tinggi badan, berat badan dan umur anda. ( username tidak boleh mengandung angka, spasi dan symbol )
- Setelah anda mengisikan data – data tersebut, anda dapat mengklik tombol register.
- Kemudian akan muncul notifikasi jika akun anda berhasil dibuat.

Note :

Tombol reset digunakan jika anda salah mengisi di beberapa kolom dan anda merasa bahwa semua dari kolom harus dihapus. Anda tinggal mengklik tombol reset kemudian kolom – kolom yang anda sudah isi tadi akan kosong kembali.



Sign Up Website HiHealth

localhost:8080/hihealth/hihealth/register/index.php

Apps Gmail YouTube Tutorial MySQL Part... Wegodev (@wegod... MEMBUAT CRUD Y... International Essay... Sistem Digital | : Ek... Account Dashboard...

### Sign up

Nama Lengkap Anda

Email Anda

Username

Password


Tinggi Badan Anda

Berat Badan Anda

Umur Anda

Register Reset

Have An Account ? Sign In!

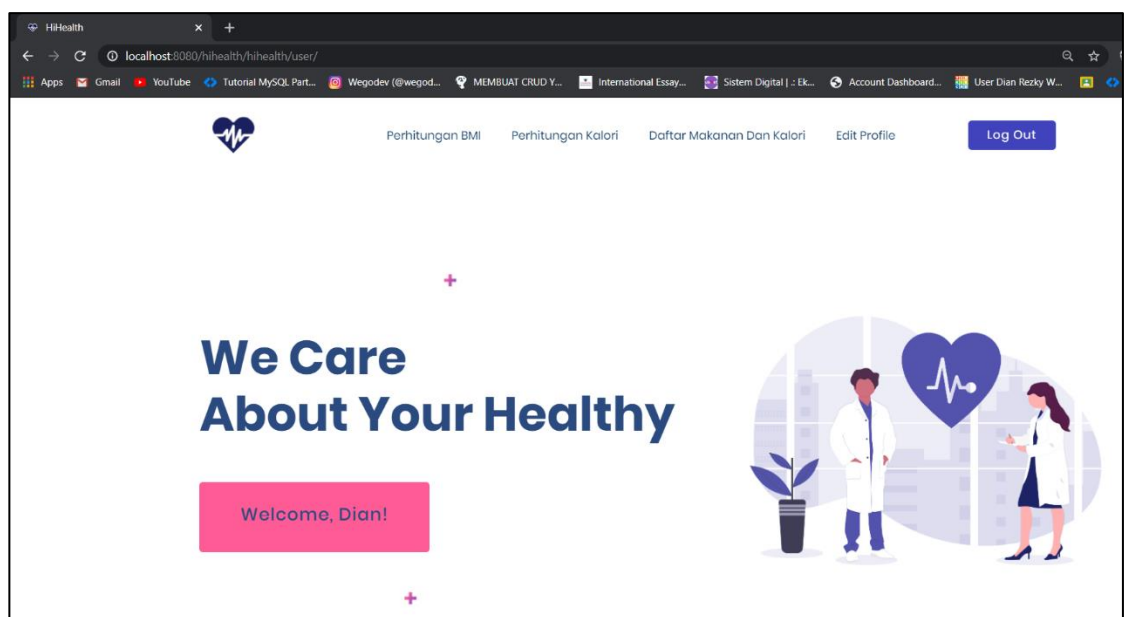


## **BUKU PANDUAN UNTUK USER**

### 2. Menu User

#### 2.1. Home

Menu / fitur home dari website HiHealth ini merupakan tampilan awal setelah user berhasil login. Menu ini berisikan fitur – fitur yang nantinya dapat diakses oleh user seperti fitur perhitungan BMI, perhitungan Kalori, Daftar Kalori Makanan dan Edit Profile. Anda tinggal mengklik tombol yang ada di navigation bar sesuai fitur mana yang anda ingin akses.



#### 2.2. Perhitungan BMI

Menu / fitur perhitungan BMI ini merupakan fitur yang dapat menghitung berapa besar BMI anda dengan menginput berat badan, tinggi badan dan jenis kelamin anda. Setelah itu akan keluar hasil BMI anda dan kategori nya. Di sini juga akan mengeluarkan output berapa berat badan anda seharusnya. Cara penggunaan :

- Klik tombol perhitungan BMI yang terdapat pada menu / fitur home setelah user melakukan login ( atau bisa diakses disetiap navigation bar setiap fitur ).
- Kemudian akan keluar tampilan seperti dibawah ini.
- Anda diminta untuk mengisi data – data yang ada pada kolom dibawah ini seperti berat badan, tinggi badan dan jenis kelamin anda.



- d. Setelah anda mengisi data – data yang ada di kolom tersebut, klik tombol hitung BMI.

HiHealth

Home Perhitungan BMI Perhitungan Kalori Daftar Kalori Makanan Edit Profile Logout

Ketahui berat badan ideal mu dengan menghitung BMI mu yuk!

# Ayo Hitung BMI Mu!

Calculator Perhitungan BMI

Berat Badan

Tinggi Badan

Jenis kelamin

HITUNG BMI

- e. Setelah anda mengklik tombol hitung BMI maka akan keluar hasil perhitungan BMI berdasarkan input yang anda masukkan seperti dibawah ini ( gambar dibawah ini hanyalah contoh setelah data sudah dimasukkan )

HiHealth

Home Perhitungan BMI Perhitungan Kalori Daftar Makanan Dan Kalori Edit Profile Logout

## Hasil Perhitungan BMI Mu

**Data Input**

Jenis Kelamin : Perempuan  
Tinggi Badan : 1.62 meter  
atau 162 cm  
Berat Badan : 47 kg

**BMI Mu Adalah**

18

**Kesimpulan**

Anda mengalami kekurangan gizi  
Berat Badan Anda  
Seharusnya 52.7 kg

### Info Kategori Hasil BMI

BMI < 15.5  
Mengalami anoreksia

BMI < 18.5  
Mengalami kekurangan gizi

## 2.3. Perhitungan Kalori



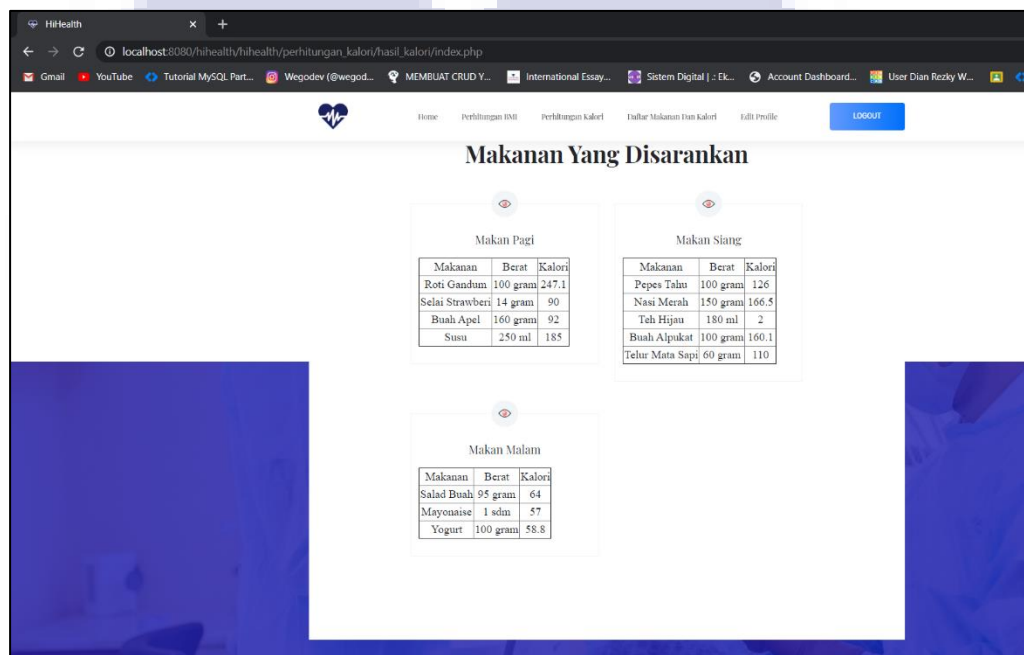
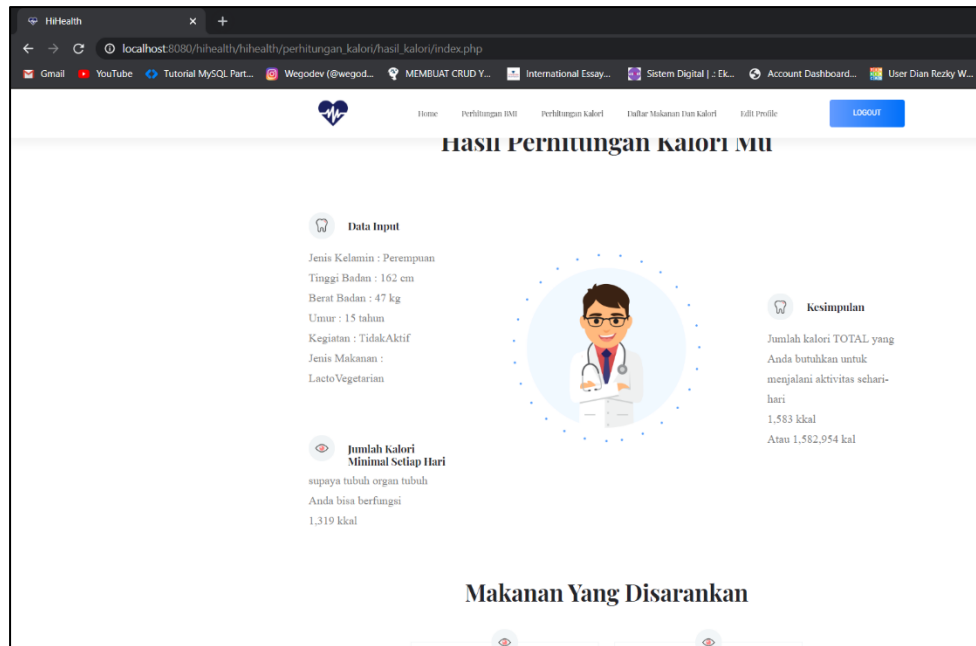


Menu / fitur perhitungan kalori ini merupakan fitur yang dapat menghitung berapa besar kalori yang anda butuhkan setiap harinya dengan menginput berat badan, tinggi badan, umur, jenis kegiatan, jenis makanan dan jenis kelamin anda. Setelah itu akan keluar hasil kalori yang anda butuhkan setiap harinya dan juga rekomendasi makanan yang disarankan oleh website HiHealth. Cara penggunaan :

- Klik tombol perhitungan kalori yang terdapat pada menu / fitur home setelah user melakukan login ( atau bisa diakses disetiap navigation bar setiap fitur ).
- Kemudian akan keluar tampilan seperti dibawah ini.
- Anda diminta untuk mengisi data – data yang ada pada kolom dibawah ini seperti berat badan, tinggi badan, umur, jenis kegiatan, jenis makanan dan jenis kelamin anda.
- Setelah anda mengisi data – data yang ada di kolom tersebut, klik tombol hitung kalori.

- Setelah anda mengklik tombol hitung kalori maka akan keluar hasil perhitungan kalori berdasarkan input yang anda masukkan seperti dibawah ini ( gambar dibawah ini hanyalah contoh setelah data sudah dimasukkan )



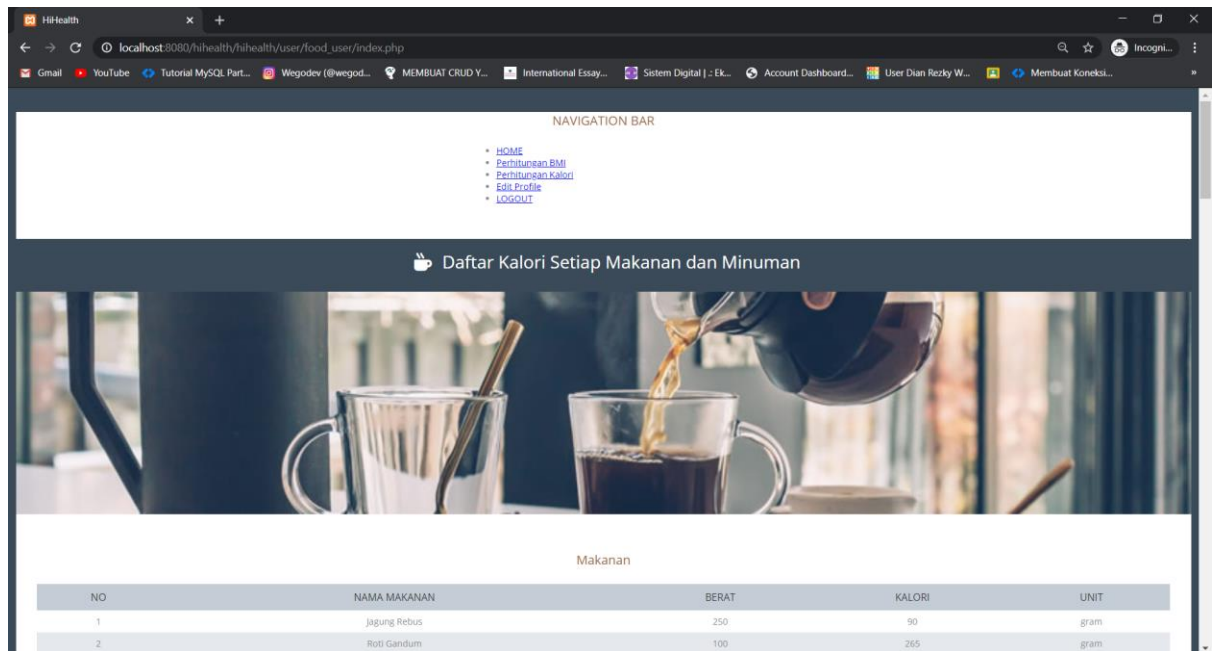


## 2.4. Daftar Kalori Makanan

Menu / fitur Daftar Kalori Makanan ini merupakan fitur yang dapat diakses oleh user untuk melihat daftar makanan ataupun minuman beserta kalori dari setiap takaran nya. Cara penggunaannya :

- Klik tombol Daftar Kalori Makanan yang terdapat pada menu / fitur home setelah user melakukan login ( atau bisa diakses disetiap navigation bar setiap fitur ).
- Kemudian akan keluar tampilan seperti dibawah ini.



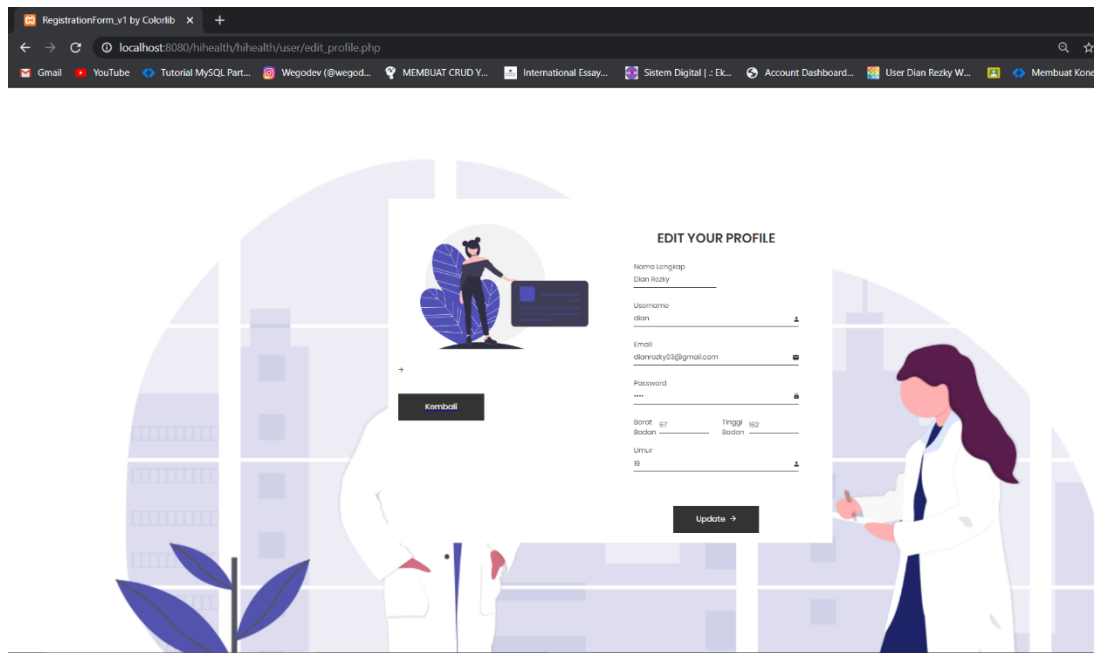


## 2.5. Edit Profile

Menu / fitur edit profile ini merupakan fitur yang bisa diakses oleh user untuk mengedit data yang menurut anda harus diganti dan juga agar data anda selalu update ke paling yang terbaru. Cara Penggunaan :

- Klik tombol Edit Profile yang terdapat pada menu / fitur home setelah user melakukan login ( atau bisa diakses disetiap navigation bar setiap fitur ).
- Kemudian akan keluar tampilan seperti dibawah ini.
- Klik kolom yang menurut anda ingin anda ganti datanya.
- Setelah selsai klik tombol update.
- Akan keluar notification jika data berhasil di update.





Note :  
Tombol kembali digunakan untuk kembali ke menu / fitur home setelah user melakukan login.

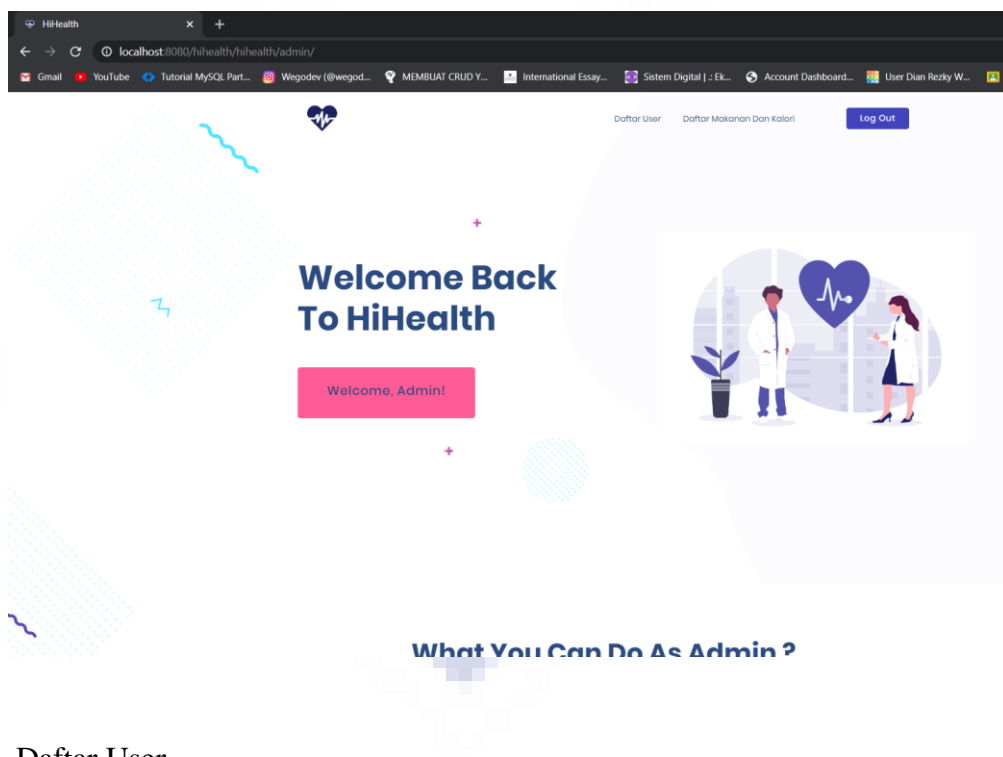


## **BUKU PANDUAN UNTUK ADMIN**

### 3. Admin

#### 3.1. Home

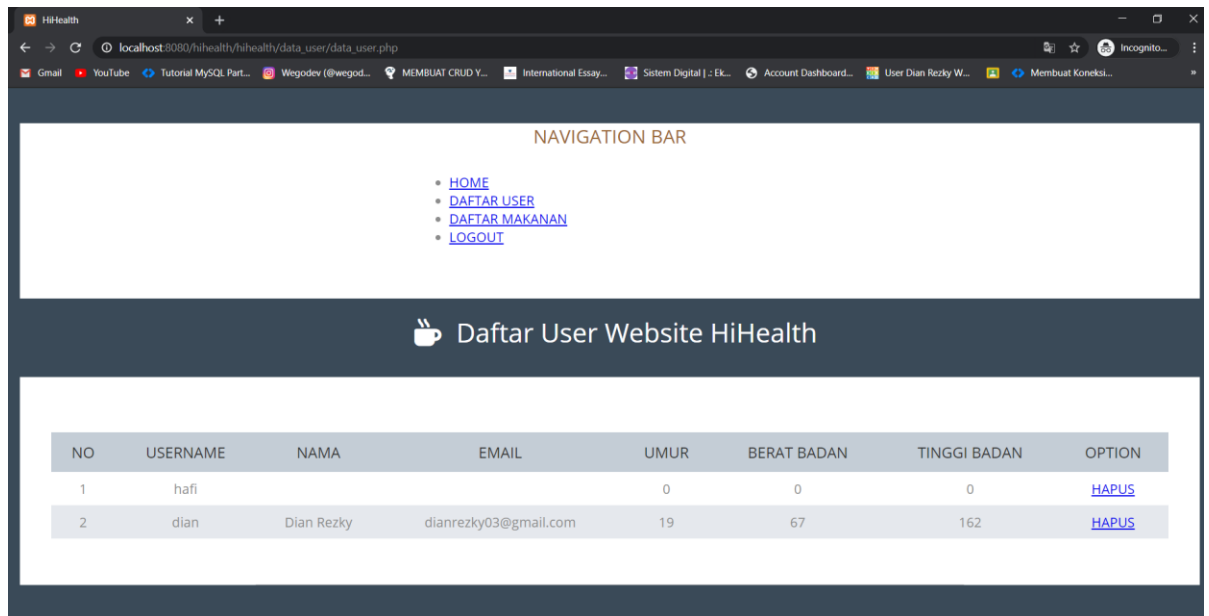
Menu / fitur home dari website HiHealth ini merupakan tampilan awal setelah admin berhasil login. Menu ini berisikan fitur – fitur yang nantinya dapat diakses oleh admin seperti fitur daftar user dan Daftar Kalori Makanan. Anda tinggal mengklik tombol yang ada di navigation bar sesuai fitur mana yang anda ingin akses.



#### 3.2. Daftar User

Menu / fitur Daftar User ini merupakan fitur yang dapat di akses oleh admin. Fitur ini berisikan list – list user yang terdaftar pada website HiHealth ini. Fitur ini juga dapat menghapus user yang menurut admin bermasalah.

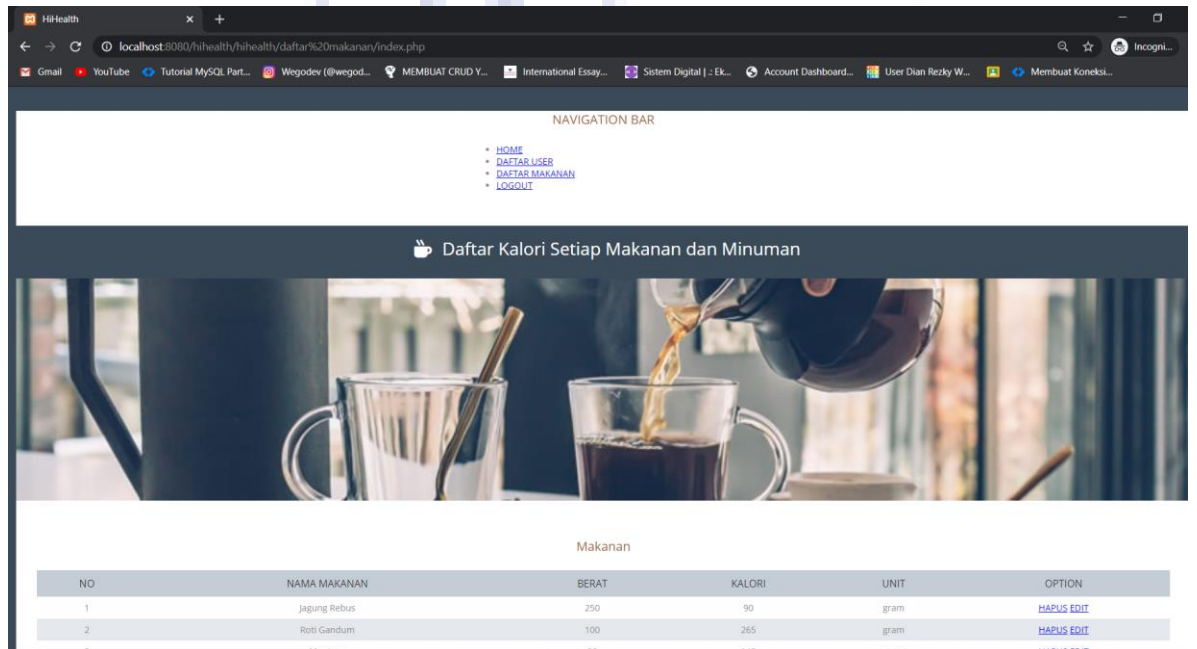




NO	USERNAME	NAMA	EMAIL	UMUR	BERAT BADAN	TINGGI BADAN	OPTION
1	hafi			0	0	0	<a href="#">HAPUS</a>
2	dian	Dian Rezky	dianrezky03@gmail.com	19	67	162	<a href="#">HAPUS</a>

### 3.3. Daftar Kalori Makanan

Menu / fitur daftar kalori makanan ini merupakan fitur yang dapat diakses oleh admin untuk melihat, mengedit bahkan menghapus daftar makanan ataupun minuman beserta kalori dari setiap takaran nya yang berada didalam website.



NO	NAMA MAKANAN	BERAT	KALORI	UNIT	OPTION
1	Jagung Rebus	250	90	gram	<a href="#">HAPUS</a> <a href="#">EDIT</a>
2	Roti Gandum	100	265	gram	<a href="#">HAPUS</a> <a href="#">EDIT</a>

Ketentuan untuk menambahkan daftar makanan :

1. Semua data harus diisi.
2. Pada kolom jenis hanya diperbolehkan untuk mengisi makanan / minuman.
3. Pada kolom unit hanya diperbolehkan untuk mengisi gram/ml/sdm.

