BAB I

DESKRIPSI MASALAH

Asupan gizi yang seimbang dan berkualitas sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja. Namun, sayangnya, masalah asupan gizi pada anak dan remaja menjadi isu yang signifikan dalam masyarakat kita saat ini.Beberapa masalah yang muncul antara lain pola makan yang tidak seimbang Banyak anak dan remaja cenderung mengonsumsi makanan cepat saji, camilan tidak sehat, dan minuman manis yang kaya akan gula dan lemak jenuh. Mereka sering kali mengabaikan konsumsi buah, sayur, protein, dan serat yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Hal ini melatar belakangi kami untuk mengembangkan program ini.Tujuan kelompok kita adalah membuat program menggunakan bahasa pemrograman Python untuk menghitung Body Mass Index (BMI) dan Basal Metabolic Rate (BMR). BMI dan BMR adalah dua pengukuran yang umum digunakan dalam dunia kesehatan dan kebugaran. Dengan adanya program ini, pengguna dapat dengan mudah menghitung BMI dan BMR mereka untuk memantau kesehatan dan membantu mereka merencanakan pola makan yang tepat.

BAB II

*FLOWCHART* PROGRAM

Menjalankan program kami diperlukan untuk *sign up* terlebih dahulu apabila belum memiliki akun dengan cara memasukkan informasi seperti username dan password lalu submit,setelah itu user akan dialihkan kehalaman login dengan memasukkan username dan password yang telah terdaftar ketika *sign up*

BAB III

KODE PROGRAM