

1. Alur kerja program

- a. Sistem membuat objek bernama p dari kelas Pengguna.
Karena tidak ada constructor khusus, objek dibuat tanpa parameter dan seluruh variabel instance memperoleh nilai default bawaan Java.
- b. Program kemudian mengisi data langsung ke atribut objek p:
 - i. p.umur = 25
 - ii. p.bb = 60.0 (berat badan 60 kg)
 - iii. p.tb = 170.0 (tinggi badan 170 cm)
 - iv. p.faktorAktivitas = 1.2 (sudah didefinisikan sebagai konstanta final)
- c. Program memanggil method tampilInfo() pada objek p, yang bekerja sebagai berikut:
 - i. Menampilkan judul
 - ii. Menampilkan data dasar pengguna: umur, berat, dan tinggi badan
 - iii. Memanggil hitungBMI() untuk menghitung BMI
 - iv. Memanggil tampilKategori() untuk menunjukkan kategori BMI
 - v. Memanggil hitungKalori() untuk menghitung kebutuhan kalori harian
 - vi. Menampilkan footer
- d. Program selesai setelah seluruh informasi kesehatan ditampilkan ke layar.

2. Fungsi yang digunakan

- a. hitungBMI()
Mengembalikan double. Menghitung BMI dengan rumus $\text{berat} / (\text{tinggiMeter} * \text{tinggiMeter})$.
- b. tampilKategori()
Void. Menentukan kategori Kurus, Normal, atau Obesitas berdasarkan nilai BMI.
- c. hitungKalori()
Mengembalikan double. Menghitung kebutuhan kalori harian dengan rumus: $\text{berat} * \text{faktorAktivitas} * 10$.
- d. tampilInfo()
Void. Menampilkan seluruh atribut pengguna dan hasil perhitungan BMI serta kebutuhan kalori.

3. Hasil output program

```
=== Informasi Kesehatan Pengguna ===  
Umur: 25 tahun  
Berat: 60.0 kg  
Tinggi: 170.0 cm  
BMI: 20,76  
Kategori: Normal  
Kebutuhan Kalori: 720 kal/hari  
=====
```



```
--- Demonstrasi Konstanta Final ---  
Nilai faktor aktivitas: 1.2  
Faktor aktivitas bersifat final (konstan)  
Artinya nilai ini tidak bisa diubah setelah diinisialisasi
```