

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 berat / (tinggiMeter \* tinggiMeter).
  - b. tampilKategori()  
Void. Menentukan kategori Kurus, Normal, atau Obesitas berdasarkan nilai BMI.
  - c. hitungKalori()  
Mengembalikan double. Menghitung kebutuhan kalori harian dengan rumus: berat \* 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