

PERANCANGAN APLIKASI PEMBAKARAN KALORI (*BURN CALORY*) BERBASIS *ANDROID*

Fachmi Rosady
(10.04.111.00009)

Pembimbing 1 : Moch. Kautsar Sophan, S.Kom, M.MT.
Pembimbing 2 : Dr. Indah Agustien Siradjuddin, S.Kom, M.Kom.

ABSTRAK

Olahraga merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat menyehatkan tubuh seseorang, olahraga memberikan banyak sekali keuntungan bagi tubuh, tidak hanya bagi tubuh yang sehat bahkan bagi mereka yang mengidap sebuah penyakit. Banyak sekali faktor yang membuat seseorang malas berolahraga, alasannya bermacam-macam dikarenakan berpikir akan lelah setelah melakukannya tetapi paling umum adalah tidak punya banyak waktu untuk berolahraga. Membakar kalori itu haruslah berolahraga, namun bagaimana membakar kalori tanpa berolahraga, beberapa aktivitas yang dilakukan sehari-hari atau melakukan hobi dapat menjadi alternatif untuk membakar kalori, banyak diantara kita yang tidak sadar bahwasanya melakukan aktifitas sehari-hari dapat membakar kalori. Aplikasi ini dibangun pada *platform Android* dengan menggunakan bahasa pemrograman *java* dan sebagai media penyimpannya menggunakan *SQLite*. Pada aplikasi *Burn Calory* terdapat sebuah rumus untuk menghitung pembakaran kalori. *Mets* adalah pendekatan pengukuran untuk menentukan tingkat aktivitas fisik. Dari penelitian ini dapat diperoleh kesimpulan bahwa rumus untuk menghitung pembakaran kalori dapat diterapkan pada aplikasi *Burn Calory*.

Kata Kunci : *Burn Calory, android, smartphone, Mets*

ABSTRACT

Sports is one physical activity that can nourish a person's body, sports provide lots of benefits for the body, not only for a healthy body even for those who suffered from a disease. A lot of factors that make someone lazy workout, alasannya assortment because thinking will be tired after doing it but most common is don't have much time for exercise. Burn calories and exercise, but how to burn calories without exercise, some activities that are carried out daily or doing hobbies can be an alternative to burning calories, many of us are not aware that doing everyday activities can burn calories. These applications are built on the Android platform using the java programming language and as a media penyimpanannya using SQLite. Calory Burn applications there is a formula to calculate the calorie burning. The Mets are a measurement approach to determine the level of physical activity. This research may be obtained from the conclusion that the formula to calculate the calorie-burning can be applied to application Burn Calory.

Keywords: *Burn Calory, android, smartphone, Mets*