

ABSTRAK

Pada saat ini penyakit obesitas merupakan suatu masalah rumit yang sering kali dihadapi oleh remaja. Obesitas di kalangan remaja sangat tinggi mengingat gaya hidup yang modern membuat aktifitas menjadi berkurang, sehingga di perlukan suatu upaya untuk menurunkan berat badan agar tidak timbul dampak buruk bagi kesehatan . penelitian ini bertujuan agar penderita obesitas bisa mengetahui pola diet yang di anjurkan dengan cara hanya melihat aplikasi, dan penderita obesitas bisa mengetahui berapa jumlah dari kalo yang di konsumsinya setiap hari.

Penyebab lain obesitas ialah kurangnya olahraga dan pola makan yang terlalu berlebih, dan kurangnya edukasi dimasyarakat tentang kebutuhan dan asupan pada tubuh manusia pada setiap harinya. Manusia membutuhkan sebanyak 2200Kkal pada umumnya untuk memenuhi kebutuhan kalori didalam tubuh. Agar setiap bisa mengetahui berapa jumlah kalori yang sudah di konsumsinya dalam sehari. Dan bisa mengedukasi kepada masyarakat tentang pentingnya kalori menjaga pola hidup sehat.

.Aplikasi ini di buat menggunakan metode linear programming. Linear programming adalah suatu cara menyelesaikan persoalan pengalokasian sumber-sumber yang terbatas di antara beberapa aktivitas, dengan cara terbaik yang mungkin dapat dilakukan. Karena linear programming merupakan metode matematik yang dapat mengalokasikan sumber daya yang terbatas untuk mencapai suatu tujuan, seperti memaksimumkan keuntungan seperti waktu dan cepatnya pengerjaan dan meminimumkan biaya.

Kata Kunci: Aplikasi,diet,obesitas,linear programming,