

## RINGKASAN

**Zidan Rizaldi Naufal, 2020.** Alat Pengukur Berat Lemak Tubuh Berbasis Mikrokontroller, di bawah bimbingan Lita Karlitasari, S.Kom., MMSI. dan Yuli Wahyuni, M.T.

Alat Pengukur Berat Lemak Tubuh Berbasis Mikrokontroller merupakan alat yang mampu menghitung berat lemak tubuh seseorang secara otomatis dengan memanfaatkan rangkaian sensor ultrasonik, *load cell* beserta modul HX711, *database*, dan halaman web sebagai penampil dari *output*. Seluruh komponen dan pemrosesan input hingga *output* terintegrasi oleh mikrokontroller Wemos D1 R2 dengan *System On Chip* ESP8266.

Dengan adanya Alat Pengukur Berat Lemak Tubuh Berbasis Mikrokontroller dapat mengukur berat lemak tubuh seseorang dengan cepat dan efektif. Selain itu alat juga dapat memberikan rekomendasi tentang apa asupan makanan dan olahraga ketika berat lemak tubuh objek masuk ke dalam kategori tertentu.