

## **BAB I** **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Di era globalisasi pada saat ini, setiap orang melakukan pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Karena setiap orang ingin mendapatkan dan menjalani pekerjaan yang terbaik agar mencapai hasil yang maksimal, selain diperlukan ketrampilan dan kepintaran, penampilan juga sangat penting untuk menunjang dunia kerja saat ini dan bentuk tubuh yang langsing dan bugar merupakan salah satu dari sekian banyak faktor tersebut. Terutama bagi kaum wanita, pada umumnya sekarang banyak wanita karir yang membutuhkan tubuh yang bagus sebagai penunjang karir mereka. Para wanita karir ini, yang perlu membentuk tubuh mereka, akan tetapi tidak memiliki banyak waktu luang dan tempat untuk berolahraga atau membentuk tubuh mereka agar tetap terlihat bagus dan bugar, memiliki kesempatan untuk tetap dapat berolahraga dengan menggunakan alat canggih dengan fitur yang juga canggih yang telah berkembang pada saat ini, yaitu *smartphone*.

*Smartphone* atau ponsel pintar adalah salah satu media yang dapat membantu mewujudkan keinginan anda. Kecanggihannya alat ini sudah tidak diragukan lagi. Dengan seiring perkembangan zaman *smartphone* telah berkembang dengan berbagai sistem operasi yang berbeda – beda seperti *Windows Mobile*, *Blackberry*, *iOS*, *Android* dan *Symbian*. Salah satu sistem yang sedang amat digandrungi saat ini adalah *Android* yang merupakan sistem operasi yang *open source* atau dengan kata setiap orang mampu mengembangkan aplikasi dengan sistem ini.

*Smartphone* memiliki banyak fungsi yang amat bermanfaat untuk menunjang aktifitas sehari – hari penggunanya. Apalagi dengan pesatnya perkembangan teknologi pada saat ini, khususnya *smartphone* dengan sistem Android membuat hampir semua keinginan dan kebutuhan penggunanya terpenuhi khususnya dalam komunikasi, juga sebagai sarana hiburan dan aplikasi yang sangat interaktif sehingga muncul ide untuk mengembangkan aplikasi yang bersifat sebagai panduan untuk melakukan teknik olahraga yoga dan pilates guna membentuk tubuh sehingga pengguna dapat menghemat waktu dan yang hampir tidak memiliki waktu luang dapat melakukan teknik ini kapanpun dan dimana saja.

Yoga dan pilates adalah dua jenis olahraga yang sedang amat di minati saat ini terutama bagi kaum wanita. Yoga yang tentunya sudah terlebih dahulu populer adalah olahraga yang gerakannya bermanfaat untuk perampingan dan dapat menenangkan pikiran juga. Dan sementara pilates, yang saat ini sedang *trend* dan lebih baru juga mulai populer, yang gerakannya lebih memerlukan banyak kekuatan. Dan tentunya kedua olahraga ini sama – sama bermanfaat untuk membentuk fisik anda lebih ramping dan bugar karena kedua sistem latihan ini sama – sama membangun kekuatan dan fleksibilitas yang bermanfaat untuk tubuh anda.

Latihan olahraga yoga dan pilates pada saat ini banyak disediakan oleh tempat fitness sebagai “menu” olahraga tambahan, akan tetapi bagi sebagian orang hal ini akan memakan banyak waktu dan kesempatan. Untuk mengatasi hal tersebut maka dibuat aplikasi *mobile* sebagai media panduan praktis untuk

melakukan yoga dan pilates tanpa harus ke *gym* ataupun sanggar senam terlebih dahulu.

Dengan menggunakan aplikasi ini diharapkan mampu membantu pengguna dalam melakukan yoga dan pilates sendiri dirumah ataupun dikantor tanpa harus mendatangi *gym* ataupun sanggar senam terlebih dahulu. Cukup dengan aplikasi ini dan tentunya dengan gerakan yang telah dianjurkan oleh para pelatih profesional, disamping untuk menjaga kesehatan tubuh tentunya dapat membentuk tubuh yang ramping dan bagus. Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dibuat aplikasi *mobile* dan skripsi dengan judul **“Perancangan Aplikasi Panduan Gerakan Senam Yoga dan Pilates sebagai Media Olahraga Praktis berbasis Android”**.



## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, rumusan masalah yang akan diselesaikan adalah :

1. Bagaimana merancang dan membuat aplikasi senam yoga dan pilates berbasis Android?

## 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah diatas dibuat suatu batasan masalah untuk menjaga pembahasan tetap berada diruang lingkup masalah yang ditentukan.

Batasan masalah dalam skripsi ini adalah :

1. Aplikasi ini dibuat sebagai panduan dan akan menampilkan gambar gerakan yoga dan pilates dan penjelasannya sesuai yang telah dianjurkan ahli yoga dan pilates.
2. Aplikasi ini hanya terbatas menampilkan gambar gerakan yoga dan pilates dan penjelasannya dalam bentuk aplikasi mobile berbasis android.
3. Aplikasi ini dibuat untuk uji coba *prototype* saja.

## 1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan membuat aplikasi ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai syarat kelulusan Sarjana Komputer.
2. Merancang dan membuat aplikasi panduan senam yoga dan pilates

## 1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat dari melakukan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai panduan senam yoga dan pilates untuk membentuk kondisi fisik sesuai dengan keinginan dengan cara melakukan gerakan serta mengikuti

penjelasan instruksi yang muncul pada setiap gambar gerakan pada aplikasi.

2. Membantu orang awam yang tidak begitu mengerti gerakan – gerakan yoga dan pilates, sehingga tidak terjadi kesalahan gerakan dalam melakukannya. Karena jika terjadi kesalahan gerakan maka beresiko membuat orang tersebut mengalami cedera.
3. Dapat menghemat waktu dan biaya, karena melakukan latihan senam ini di tempat *gym* atau sanggar senam akan lebih memakan waktu misalnya waktu yang dihabiskan untuk mencapai tempat tujuan dan juga biaya keanggotaan yang harus dikeluarkan setiap bulannya tentunya yang dapat memotong anggaran belanja anda.

#### **1.6 Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini adalah

##### **1. Studi Kepustakaan**

Metode ini digunakan untuk mendapatkan data-data referensi yang akan digunakan berupa buku referensi, dokumen yang relevan, dan internet.

##### **2. Analisis**

Pada tahapan ini dilakukan kegiatan untuk menganalisa dan mengevaluasi permasalahan, hambatan dan kebutuhan dari sistem aplikasi panduan senam yoga dan pilates ini.

### 3. Perancangan

Pada tahapan ini dilakukan perancangan awal program aplikasi senam yoga dan pilates untuk meminimalisir kemungkinan terjadi kesalahan pada sistem aplikasi.

### 4. Implementasi

Di tahapan ini mulai dilakukan pembuatan program sesuai dengan perancangan yang telah dilakukan pada tahapan sebelumnya

### 5. Uji Coba

Melakukan uji coba program untuk memastikan tidak terdapat kesalahan sistem pada program.

## 1.7 Sistematika Penulisan

Dalam Laporan Skripsi ini penulis menyajikan penulisan dengan sistematika sebagai berikut :

### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini membahas kerangka penulisan dalam penelitian meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian dan sistematika penulisan yang digunakan dalam penyusunan skripsi.

### **BAB II LANDASAN TEORI**

Bab ini membahas tentang dasar – dasar teori yang digunakan dalam penyusunan skripsi.

### **BAB III ANALISIS DAN PERANCANGAN SISTEM**

Bab ini menjelaskan tentang analisis sistem, analisis kebutuhan sistem dan analisis kelayakan sistem, selain itu dalam bab ini juga dijelaskan tentang perancangan sistem yang akan dibuat

#### **BAB IV IMPLEMENTASI DAN PEMBAHASAN**

Bab ini membahas mengenai hasil program yang akan di implementasikan ke dalam perangkat smartphone, pengujian aplikasi dan hasilnya.

#### **BAB V PENUTUP**

Bab ini berisi kesimpulan dari seluruh isi laporan dan saran – saran yang membangun untuk menambah kesempurnaan aplikasi.

