

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam era globalisasi seperti ini semua orang sibuk dengan pekerjaan mereka masing-masing karena setiap orang ingin melakukan yang terbaik agar mendapat hasil yang maksimal, selain pintar penampilan pun sangat menunjang dalam dunia kerja saat ini dan bentuk tubuh atletis merupakan salah satu dari sekian banyak faktor tersebut. Banyak orang merasa sangat perlu membentuk tubuh mereka namun tidak memiliki banyak waktu luang untuk sekedar melakukan fitness atau membentuk otot tubuh mereka dan beruntungnya saat ini banyak bermunculan alat canggih yang mampu membantu mereka mewujudkan hal tersebut.

*Smartphone* atau yang biasa disebut dengan ponsel pintar ini mempunyai beragam fitur yang tentunya mampu menyelesaikan masalah mereka tentang bagaimana cara membentuk tubuh atau fitness yang benar dengan tidak banyak menyita waktu, diantara banyaknya *smartphone* yang beredar saat ini ada beberapa sistem operasi yang mendukungnya seperti Windows Mobile, Blackberry, Iphone, Android, dan Symbian. Salah satu sistem operasi yang sedang ramai diperbincangkan saat ini adalah Android, disamping pengopeasiannya yang cukup mudah ternyata Android merupakan sistem operasi *open source* atau setiap orang diberi kebebasan mengembangkan sistem operasi ini.

*Smartphone* memiliki banyak fungsi, diantaranya untuk mendapatkan informasi, pesatnya perkembangan teknologi saat ini dan banyaknya pengguna

*smartphone* khususnya yang menggunakan sistem operasi android membuat hampir semua keinginan bisa terpenuhi khususnya dalam hal komunikasi meskipun *smartphone* juga sering digunakan sebagai sarana hiburan dan aplikasi yang ada sangat interaktif sehingga muncul ide untuk membuat aplikasi yang bersifat panduan melakukan fitness guna membentuk tubuh sehingga dapat menghemat waktu .

Olahraga atau fitness adalah serangkaian gerakan yang sengaja dilakukan untuk membakar kalori juga mengurangi lemak yang menumpuk pada bagian tubuh seperti perut, lengan dan paha. Mungkin kebanyakan orang malas untuk melakukan fitness karena menyita banyak waktu dan harus ketempat fitness atau biasa disebut *gym*, untuk mengatasi hal tersebut maka dibuatlah aplikasi *mobile* sebagai media panduan untuk melakukan fitness tanpa harus ke *gym*.

Dengan menggunakan aplikasi ini diharapkan dapat membantu pengguna dalam melakukan fitness sendiri dirumah tanpa harus ke *gym*, cukup dengan alat sederhana dan tentunya dengan gerakan yang sudah dianjurkan oleh para pelatih fitness profesional, disamping untuk menjaga kesehatan tubuh tentunya membentuk tubuh yang atletis. Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dibuatnya aplikasi *mobile* dan skripsi dengan judul **“Aplikasi Fitness Praktis Berbasis Android”**.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan keterangan diatas, rumusan masalah yang akan diselesaikan adalah bagaimana merancang dan membuat aplikasi fitness berbasis android yang bersifat panduan untuk melakukan fitness sehingga dapat membantu pengguna untuk melakukan fitness sendiri secara praktis.

## 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 fitness dan penjelasannya sesuai yang telah dianjurkan pelatih fitness profesional.
2. Aplikasi ini hanya terbatas menampilkan gambar gerakan fitness dan penjelasannya dalam bentuk aplikasi *mobile* berbasis android.
3. Aplikasi ini untuk *Smartphone* Android versi 2.3 (Gingerbread)

## 1.4 Tujuan Penelitian

Merancang dan membuat aplikasi panduan fitness yang berisi gerakan serta penjelasan guna membentuk otot tubuh yang diinginkan, mulai dari otot lengan, dada, paha dan bagian otot lainnya yang ingin dibentuk.

## 1.5 Manfaat Penelitian

1. Sebagai panduan fitness untuk membentuk otot sesuai keinginan dengan cara melakukan gerakan serta mengikuti penjelasan intruksi yang akan muncul disetiap gambar gerakan pada aplikasi.
2. Membantu orang awam yang tidak begitu mengerti gerakan-gerakan fitness, sehingga tidak terjadi kesalahan gerak dalam melakukannya. Karena jika melakukan gerakan yang salah tidak menutup kemungkinan terjadinya cidera pada otot tubuh.
3. Dapat menghemat waktu dan biaya, karena melakukan latihan ditempat gym tentu akan memakan waktu yang cukup lama contohnya seperti antri dalam penggunaan alat dan harus membayar setiap bulan untuk biaya keanggotaan dan penyewaan alat olahraga.

## 1.6 Metode Penelitian

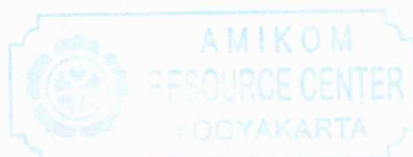
Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini adalah

### 1. Studi Kepustakaan

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

### 2. Penelitian

Dalam proses penulisan dan perancangan dilakukan penelitian yang mendukung pembuatan aplikasi fitness praktis berbasis android.



### 3. Merancang dan mengimplementasikan aplikasi

Metode ini dilakukan dengan cara merancang aplikasi dan mengimplementasikan perancangan yang telah dibuat kedalam *Smartphone* yang menggunakan sistem operasi android.

#### 1.7 Sistematika Penulisan.

Dalam Laporan Skripsi ini penulis sajikan 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 keseluruhan isi laporan dan saran-saran yang membangun untuk menambah kesempurnaan aplikasi.

