

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG MASALAH

Perkembangan peradaban manusia diiringi dengan perkembangan cara penyampaian informasi yang dikenal dengan istilah teknologi informasi. Pada awalnya teknologi informasi dikembangkan manusia pada masa pra sejarah dan berfungsi sebagai sistem untuk pengenalan bentuk-bentuk yang mereka kenal, mereka menggambarkan informasi yang mereka dapatkan pada dinding-dinding gua, seiring berkembangnya jaman kini peran teknologi informasi semakin berkembang.

Menurut Sutabri (2014 : 3) "Teknologi informasi adalah suatu teknologi yang digunakan untuk mengolah data, termasuk memproses, mendapatkan, menyusun, menyimpan, memanipulasi data dalam berbagai cara untuk menghasilkan informasi yang berkualitas, yaitu informasi yang relevan, akurat, dan tepat waktu, yang digunakan untuk keperluan pribadi, bisnis, dan pemerintahan dan merupakan informasi strategis untuk mengambil keputusan."

Dalam bidang olahraga, teknologi informasi memiliki peranan tersendiri sebagai salah satu sarana yang dapat membantu para atlet mencapai tujuannya salah satunya penerapannya dalam bidang olahraga angkat beban. Serta Telekomunikasi adalah sarana untuk mengadakan hubungan dengan pihak yang berada di yang berbeda tempat asalnya. Dengan kemajuan teknologi informasi apabila dikaitkan dengan pembinaan olahraga, hubungan atau komunikasi antar

pelatih yang berada di pusat dengan atlet yang berada di daerah selama menjalani pemusatan pelatihan akan dapat dengan cepat dan mudah sehingga masalah-masalah yang dihadapi oleh atlet selama proses pelatihan dapat dengan cepat diatasi. Selain itu penggunaan teknologi informasi sangat berguna sekali di dalam pelaksanaan perlombaan sehingga acara perlombaan atau kejadian-kejadian pada saat persiapan dan pelaksanaan perlombaan akan cepat segera ditangani sehingga perlombaan akan lancar."

Menurut Griwijoyo (2009 : 26) "Gym adalah suatu kegiatan dalam ruangan dengan menawarkan kegiatan dari yang tanpa menggunakan alat, sampai dengan yang menggunakan alat-alat yang mahal dan canggih, yang diantaranya bertujuan untuk mendapatkan prestasi."

Dalam mempercepat proses pembentukan tubuh yang dilakukan, peran *personal trainer* dibutuhkan untuk menentukan program latihan yang cocok bagi anggota-nya. *Personal Trainer* juga membantu anggota pusat kebugaran memahami cara penggunaan alat-alat yang berada di tempat *fitness*. Selain itu juga memberikan informasi mengenai asupan nutrisi yang diperlukan tubuh untuk menunjang program latihan yang dilakukan. Tapi kebanyakan orang atau tempat kebugaran tidak menggunakan jasa *personal trainer* dengan berbagai alasan, di antaranya harga yang mahal, merasa tidak nyaman dan sebagainya. Namun tanpa adanya jasa dari seorang *personal trainer* dapat membuat para pemula tidak memahami gerakan sehingga mengalami cedera ataupun tertimpa beban yang terlalu berat karena tidak memahami cara latihan.

Pada *phoenix gym* tidak ada atau tidak disediakan jasa seorang *personal trainer* sehingga hal ini menjadi kendala, tentunya kendala ini dapat di atasi dengan merancang aplikasi yang bertujuan untuk memberikan panduan bagi pemula.

Permasalahan yang diuraikan telah diselesaikan pada penelitian terdahulu dari Prayoga (2014), dalam penelitian tersebut menghasilkan aplikasi *fitness assistant* berbasis *android* menggunakan bahasa pemograman *java dan xml* dengan tujuan membantu pemula dalam pemahaman olahraga fitness. Sedangkan penelitian lain Setyo Wibowo (2016), dalam penelitian tersebut menghasilkan aplikasi latihan fitness berbasis multimedia menggunakan *Adobe Flash Cs6* dengan tujuan untuk membantu pemula memahami penggunaan alat-alat fitness dan menurunkan tingkat resiko bagi pemula. Adapun peneliti lain Randy (2017), dalam penelitian tersebut menghasilkan aplikasi *android* untuk membantu orang yang ingin mempelajari yoga secara otodidak dengan menggunakan bahasa pemograman *java dan xml*. Berdasarkan uraian latar belakang dan permasalahan di atas, peneliti mengusulkan penelitian guna mencari solusi yang tepat yang dituangkan dalam skripsi yang berjudul "**Perancangan Aplikasi Panduan Olahraga Angkat Beban Berbasis Android Pada *Phoenix Gym* Jambi**".

1.2. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana merancang sebuah aplikasi panduan olahraga angkat beban berbasis *android* yang menarik dan dapat dipahami oleh pemula?

2. Bagaimana aplikasi yang dirancang dapat membantu pengguna untuk memahami pola latihan yang benar?

1.3. BATASAN MASALAH

Batasan masalah digunakan agar pembahasan dalam laporan skripsi ini tidak terlalu meluas, maka dari itu perlu adanya pembatasan masalah. Adapun batasan masalah yang dikemukakan adalah sebagai berikut :

1. Penelitian dan pembahasan pada perancangan aplikasi panduan olahraga angkat beban pada *phoenix gym* Jambi
2. Aplikasi yang dirancang digunakan untuk panduan olahraga yang meliputi angkat beban, informasi nutrisi, jadwal latihan dan lain-lain.

1.4. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang dilakukan oleh penulis, yaitu :

1. Menghasilkan aplikasi panduan olahraga angkat beban berbasis *android*
2. Menghasilkan aplikasi yang dapat membantu pemula agar dapat memahami pola latihan yang baik dan benar

1.4.2 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diharapkan aplikasi yang akan dibuat dapat memberi kemudahan bagi pemula dalam memulai latihan pertama-

nya, membantu menyusun pola latihan yang benar, menambah wawasan dan pengetahuan bagi pemula.

1.5 SISTEMATIKA PENULISAN

Laporan penelitian ilmiah ini dibuat dalam sistematika yang sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang benar dan dibagi dalam bab-bab sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini berisi pendahuluan yang membahas latar belakang masalah, perumusan masalah, pembatasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penelitian

BAB II : LANDASAN TEORI

Bab ini menjelaskan secara singkat mengenai landasan-landasan teori seperti perancangan, olahraga , aplikasi dan lain-lain.

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini menjelaskan bagaimana cara-cara pelaksanaan penelitian yang mencakup metode pengumpulan data yang dilakukan selama penelitian, metode pengembangan sistem yang digunakan, dan perangkat yang digunakan dalam pengembangan sistem.

BAB IV : ANALISIS DAN PERANCANGAN SISTEM

Bab ini menguraikan tentang gambaran umum *phoenix gym*. menganalisa sistem yang telah ada dan analisa terhadap sistem yang baru. Rancangan sistem yang diusulkan oleh penulis dengan menggunakan alat bantu dalam desain sistem berupa *use case*, *flowchart* dan rancangan sistem.

BAB V : IMPLEMENTASI DAN PENGUJIAN SISTEM

Bab ini menguraikan tentang implementasi dan rancangan sistem dan hasil pengujian sistem yang dikembangkan untuk mencapai tujuan dan sarana yang diharapkan.

BAB VI : PENUTUP

Bab ini merupakan penutup dari penelitian ilmiah ini yang berisi kesimpulan dari pembahasan bab-bab sebelumnya dan saran-saran yang berguna bagi pihak-pihak yang bersangkutan dalam penelitian ini.