BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi dibidang ponsel khususnya *smartphone* begitu pesat salah satunya *smartphone android* bahkan dapat melakukan banyak hal atau kegiatan dengan cepat dan tidak memerlukan banyak waktu untuk mendapatkannya. Hal itulah yang membuat saat ini orang memanfaatkan teknologi karena mudah menggunakannya. *Smartphone* sebagai *product mobile phone* dewasa ini lebih berkembang dan lebih diminati penggunaannya oleh masyarakat karena beragam fitur dapat ditampilkan untuk memenuhi kebutuhan dan daya tarik tersendiri bagi masyarakat penggunaannya. Jenis-jenis sistem operasi *smartphone* diantaranya *Windows mobile, Blackberry, Android, Symbian, Iphone*, dan sebagainya. Sistem operasi *android* merupakan salah satu sistem operasi yang dewasa ini tengah berkembang dimasyarakat. Kebutuhan masyarakat terhadap layanan *teknologi* berbasis IT sangat bervariasi namun *android* memiliki fitur-fitur yang cukup canggih.

Dengan semakin besarnya apresiasi masyarakat pada gaya hidup sehat, olahraga *fitness* juga telah menjadi salah satu pilihan

bagi masyarakat sebagai sarana untuk mendapatkan kualitas hidup yang lebih sehat. Hal ini dapat dilihat dengan meningkatnya masyarakat dalam olah raga *fitness* namun masih banyak yang mengabaikan bagaimana tata cara pergerakannya sesuai dengan aturan dan bagaimana menggunakan alat *fitness* sesuai dengan kegunaannya .

Oleh karena itu akan membuat sebuah aplikasi yang berjudul "*APLIKASI PETUNJUK FITNESS 'GYM SOLUTION' BERBASIS ANDROID*", yang diharapkan dapat membantu masyarakat untuk memudahkan dalam mempelajari bagaimana cara penggunaan alat yang ada ditempat *fitness* serta gerakan-gerakannya.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas dapat dirumuskan bahwa bagaimana cara mengimplementasikan aplikasi panduan latihan *fitness* karena banyaknya masyarakat yang belum mengerti bagaimana cara melakukan gerakan yang benar serta dapat mengetahui kebutuhan pemenuhan nutrisi, kalori serta *suplemen* yang dibutuhkan oleh tubuh.

1.3 Ruang Lingkup

Adapun ruang lingkup yang akan dikerjakan dalam aplikasi ini adalah:

1. Menampilkan contoh gerakan dada, bahu, punggung, triseps, biseps, kaki dan perut dengan menampilkan gambar, video berformat gif dan tutorialnya berupa teks.
2. Penjadwalan pola latihan dan kebutuhan pola makanan.
3. Dapat menghitung berat ideal tubuh, kebutuhan kalori tubuh perhari, pembakaran kalori serta dapat mengetahui kebutuhan nutrisi dan *suplemen* yang harus dikonsumsi sesuai dengan berat badan yang dimiliki.
4. Olah raga *fitness* ini dapat dilakukan pada usia masa perkembangan/pertumbuhan (usia 16 - 18 tahun).
5. Aplikasi ini bersifat online hanya dapat digunakan pada *smartphone* pada sistem operasi *android* mulai Versi 2.3 (*Gingerbread*) dan di atasnya.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari pembuatan aplikasi ini adalah untuk membantu masyarakat mempermudah dalam mempelajari gerakan dan pola latihan pada *fitness* dengan tepat dan benar benar serta dapat mengetahui kebutuhan nutrisi dan pola latihannya.