

DAFTAR HALAMAN

LEMBAR PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR HALAMAN	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	2
1.3. Batasan Masalah	2
1.4. Tujuan dan Manfaat	2
1.4.1 Tujuan	2
1.4.2 Manfaat	3
1.5. Metode Penelitian	3
1.5.1 Metode Pengumpulan Data	3
1.5.2 Metode Perancangan Sistem.....	4
1.6. Sistematika Penulisan	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1. Pengertian Aplikasi	6
2.2. Pengertian Olahraga	6
2.3. Pengertian Latihan Otot	6
2.4. Perhitungan Kalori	6
2.5. Pengertian Android.....	7
2.6. Android Studio	7
2.7. Analisa Perancangan Perangkat Lunak	8
2.7.1 Pengertian MDLC	8
2.7.2 Metode Pengembangan MDLC	8
2.8. Perancangan Sistem	9
2.8.1 <i>Unified Modeling Language (UML)</i>	9

2.8.1.1	<i>Use Case Diagram</i>	10
2.8.1.2	<i>Activity Diagram</i>	11
2.8.1.3	<i>Sequence Diagram</i>	13
2.8.1.4	<i>Class Diagram</i>	15
2.8.2	<i>Storyboard</i>	17
2.9.	Pengertian Basis Data (<i>Database</i>).....	17
2.10.	Pengertian MySQL.....	17
2.11.	Pengertian XAMPP	18
2.12.	Pengujian Perangkat Lunak.....	19
2.13.	Pengujian <i>Black Box</i>	18
2.14.	Studi Literatur.....	19
BAB III ANALISA DAN PERANCANGAN		23
3.1.	Proses Bisnis Berjalan Aplikasi Yoga	23
3.1.1	Analisa Masalah	23
3.1.2	<i>UseCase</i> Proses Bisnis	23
3.1.3	Analisa Permasalahan dengan Metode SWOT	24
3.2.	Perancangan Sistem Usulan	25
3.2.1	Analisa Kelayakan Sistem.....	25
3.2.2	<i>Use Case Diagram</i> Usulan.....	26
3.2.3	<i>Flowchart</i>	29
3.2.3.1	<i>Flowchart</i> Aplikasi User	29
3.2.3.2	<i>Flowchart</i> Aplikasi Admin	30
3.2.4	<i>Activity Diagram</i>	31
3.2.4.1	<i>Activity Diagram</i> Memasukan Berat Badan dan Tinggi... Error! Bookmark not defined.	
3.2.4.2	<i>Activity Diagram</i> Memilih Kategori.....	32
3.2.4.3	<i>Activity Diagram</i> Memulai Kegiatan	33
3.2.4.4	<i>Activity Diagram Login</i>	34
3.2.4.5	<i>Activity Diagram</i> Mengganti Jadwal.....	34
3.2.5	<i>Sequence Diagram</i>	35
3.2.5.1	<i>Sequence Diagram</i> Memasukan Berat Badan dan Tinggi	35
3.2.5.2	<i>Sequence Diagram</i> Memilih Kategori.....	36
3.2.5.3	<i>Sequence Diagram</i> Memulai Kegiatan	37
3.2.5.4	<i>Sequence Diagram Login</i>	37
3.2.5.5	<i>Sequence Diagram</i> Mengganti Kegiatan	38

3.2.6	<i>Class Diagram</i>	39
3.2.7	Perintah DML (<i>Data Manipulation Language</i>).....	39
3.2.7.1.	Memasukkan Data Dalam Tabel (<i>Insert</i>)	39
3.2.7.2.	Memperbaharui Data Dalam Tabel (<i>Update</i>)	39
3.2.7.3.	Memilih dan Menampilkan Data Dalam Tabel (<i>Select</i>)	40
3.2.7.4.	Menghapus Data Dalam Tabel (<i>Drop</i>).....	40
3.2.8	Spesifikasi Basis Data.....	40
3.2.8.1.	Tabel Admin	40
3.2.8.2.	Tabel Kegiatan Tubuh	40
3.2.8.3.	Tabel Kegiatan Perut	41
3.2.8.4.	Tabel Kegiatan Lengan	41
3.2.8.5.	Tabel Kegiatan Kaki	41
3.2.9	Rancangan <i>Storyboard</i> Aplikasi User	43
3.2.10	Rancangan <i>Storyboard</i> Aplikasi Admin	44
3.2.11	Rancangan <i>Storyline</i> Aplikasi User	44
3.2.11.1	Rancangan <i>Storyline</i> <i>Splash Screen</i>	44
3.2.11.2	Rancangan <i>Storyline</i> Penginputan Berat dan Tinggi.....	45
3.2.11.3	Rancangan <i>Storyline</i> Menu Utama.....	45
3.2.11.4	Rancangan <i>Storyline</i> Menu Info Aplikasi	46
3.2.11.5	Rancangan <i>Storyline</i> Menu Kategori Olahraga	46
3.2.11.6	Rancangan <i>Storyline</i> Kategori Otot Tubuh	47
3.2.11.7	Rancangan <i>Storyline</i> Teks Kegiatan.....	47
3.2.11.8	Rancangan <i>Storyline</i> Kegiatan.....	48
3.2.11.9	Rancangan <i>Storyline</i> <i>Timer</i>	48
3.2.11.10	Rancangan <i>Storyline</i> Jumlah Kalori.....	49
3.2.12	Rancangan <i>Storyline</i> Aplikasi Admin	49
3.2.12.1	Rancangan <i>Storyline</i> <i>Login</i>	49
3.2.12.2	Rancangan <i>Storyline</i> Menu Utama	50
3.2.12.3	Rancangan <i>Storyline</i> Kategori Otot Tubuh	50
3.2.12.4	Rancangan <i>Storyline</i> <i>Form</i> Pengisian Data.....	51
BAB IV IMPLEMENTASI DAN PENGUJIAN		52
4.1	Spesifikasi Perangkat	52
4.1.1	Perangkat Keras	52
4.1.2	Perangkat Lunak.....	52

4.1.3	<i>Smartphone</i>	52
4.2	Implementasi Aplikasi Android	53
4.2.1	Instalasi Aplikasi	53
4.2.2	Penggunaan Aplikasi.....	55
4.2.2.1.	Tampilan Awal <i>Device</i>	55
4.2.2.2.	Tampilan Splash Screen.....	56
4.2.2.3.	Tampilan Form Input Data	57
4.2.2.4.	Tampilan Menu Aplikasi	58
4.2.2.5.	Tampilan Info Aplikasi	58
4.2.2.6.	Tampilan Kategori Olahraga	59
4.2.2.7.	Tampilan Jadwal Pelatihan	60
4.2.2.8.	Tampilan Teks Kegiatan.....	60
4.2.2.9.	Tampilan Kegiatan Olahraga.....	61
4.2.2.10.	Tampilan <i>Timer</i>	62
4.2.2.11.	Tampilan Info Kalori	62
4.3	Implementasi WEB <i>Server</i>	63
4.3.1.	Tampilan Form Login.....	63
4.3.2.	Tampilan Menu Utama	64
4.3.3.	Tampilan Kategori Tubuh	64
4.3.4.	Tampilan Mengisi Form	65
4.3.5.	Tampilan Keluar	65
4.4	Implementasi Basis Data.....	66
4.4.1.	Tampilan Tabel Admin	66
4.4.2.	Tampilan Tabel Kegiatan Tubuh.....	66
4.4.3.	Tampilan Tabel Kegiatan Perut.....	67
4.4.4.	Tampilan Tabel Kegiatan Lengan.....	68
4.4.5.	Tampilan Tabel Kegiatan Kaki	69
4.5	Pengujian	70
4.5.1	Rencana Pengujian.....	70
4.5.2	Hasil Pengujian.....	72
4.5.3	Analisa dan Kesimpulan Pengujian	76
BAB V PENUTUP.....		77
5.1.	Kesimpulan	77
5.2.	Saran	77

DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN	79



UNIVERSITAS
MERCU BUANA