



RANCANG BANGUN APLIKASI OLAHRAGA RUMAHAN BERBASIS ANDROID

Mardeni¹, Abdul Rani²

^{1,2} Teknik Informatika, STMIK Hang Tuah Pekanbaru

Email :

mdn@htp.ac.id¹, abdulrani377@gmail.com²

Abstract

Currently, the COVID-19 pandemic poses a threat to society in terms of health, economy, and lifestyle. One way that can be done to prevent Covid-19 is to keep the devil by doing regular exercise. Home sports are a solution for the community because there is no need to do sports outside and away from the crowd. The Android-based home exercise application is expected to provide convenience for the community in doing sports at home. In the application, tutorials are presented in the form of descriptions and videos of home sports making it easier for people to do sports at home independently.

Keywords: *Android, Application, Covid-19, Home Exercise, Sport.*

Abstrak

Saat ini, pandemi COVID-19 mengakibatkan ancaman bagi masyarakat dalam hal kesehatan, ekonomi, dan gaya hidup. Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam mencegah Covid-19 adalah tetap menjaga kesetanan dengan cara rutin melakukan olahraga. Olahraga rumahan menjadi solusi bagi masyarakat karena tidak perlu melakukan olahraga diluar dan jauh dari keramaian. Aplikasi Olahraga rumahan berbasis android diharapkan bisa memberikan kemudahan bagi masyarakat dalam melakukan olahraga dirumah. Pada aplikasi disajikan tutorial berupa deskripsi dan video olahraga rumahan sehingga memudahkan masyarakat dalam melakukan olahraga dirumah secara mandiri.

Keywords: *Android ,Aplikasi ,Covid-19, Olahraga, Olahraga Rumahan.*

PENDAHULUAN

Sekarang ini, pandemi COVID-19 yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 telah mengakibatkan ancaman yang menghancurkan bagi masyarakat manusia dalam hal kesehatan, ekonomi, dan gaya hidup (Woods et al., 2020). Meskipun virus biasanya pertama kali menyerang dan menginfeksi paru-paru dan jaringan saluran pernapasan, dalam kasus yang ekstrim, hampir semua organ utama dalam tubuh sekarang diketahui terkena dampak negatif yang sering menyebabkan kegagalan sistemik yang parah pada beberapa orang.

Olahraga dijadikan suatu metode untuk melakukan tindakan proteksi diri dari penyakit, karena olahraga yang dilakukan dengan tepat dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

Berdasarkan wawancara dengan Bapak Adi selaku salah satu masyarakat Kampung Rahmat, bahwa sampai saat ini Kampung Rahmat tetap menjalankan protokol kesehatan yang di sarankan oleh pemerintah setempat. Akan tetapi tidak sedikit dari masyarakat tersebut yang bertanya tentang bagaimana caranya supaya tubuh tetap sehat walaupun pada masa pandemi, sedangkan pemerintah menyarankan untuk tetap beraktivitas di rumah sampai keadaan terkendali.

Hal ini mendorong penulis untuk turut berpartisipasi dalam pemutusan rantai penyebaran covid-19 dengan membuat sebuah aplikasi olahraga rumahan untuk menjaga kesehatan tubuh masyarakat Kampung Rahmat Kelurahan Kampung Tengah di masa pandemi.

Melakukan olahraga secara mandiri di rumah dapat menggunakan aplikasi smartphone sebagai panduan untuk berolahraga yang bisa digunakan secara offline, sehingga tidak harus selalu pergi ke tempat kebugaran atau mendatangkan instruktur dengan biaya yang lebih mahal.

Adapun Tujuan dalam Penelitian ini sebagai berikut:

1. Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang cara melakukan gerakan olahraga yang baik dan benar
2. Meningkatkan kemampuan dan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan tubuh agar terhindar dari covid-19.

METODE PENELITIAN

Human resource planning (perencanaan sumber daya manusia) atau biasa disebut sebagai workforce planning dapat membantu Anda untuk memastikan bahwa bisnis Anda memiliki orang-orang yang tepat dalam tim, yaitu mereka yang memiliki skill untuk berkompetisi, berinovasi, serta mampu mengembangkan perusahaan Anda. Pasalnya, tidak ada perusahaan yang tidak mau menanggung resiko kekurangan keahlian (skill).

Human resource planning adalah proses perencanaan yang membantu perusahaan untuk merekrut, memelihara, dan

mengoptimalkan penugasan orang-orang yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tujuan bisnis. Selain itu, dengan melakukan perencanaan ini, para pegawai juga dapat menyikapi berbagai perubahan pada lingkungan luar (perusahaan). Perencanaannya terdiri dari tujuh langkah yaitu :

1. Analisis Kebutuhan

Visi perusahaan adalah hal yang utama untuk menjadi pondasi pembuatan HRP. Tim dalam departemen sumber daya manusia (human resource department) harus bekerja sama dengan para manajer atas agar mendapat pemahaman yang mantang perihal tujuan utama perusahaan.

2. Inventarisasi Sumber Daya Manusia Terkini

Lakukan inventarisasi sumber daya manusia yang kini ada dalam perusahaan, mulai dari jumlahnya, skill atau keahlian, kinerja, serta potensi mereka

3. Prediksi Kebutuhan di Masa yang Akan Datang

Ketika proses inventarisasi sudah dilakukan, cari tahu apakah terdapat kekurangan atau kelebihan dalam distribusi pegawai dan posisi kerja yang sekarang.

4. Estimasi Adanya Gap

Setelah mengetahui berapa jumlah sumber daya manusia yang sudah ada dengan prediksi kebutuhan sumber daya manusia di masa yang akan datang, maka bisa diketahui apakah ada perbedaan (gap) antara sumber daya manusia yang sudah ada dengan kebutuhan di masa yang akan datang, bisa jadi defisit atau surplus.

5. Formulasikan Rencana

Tahapan ini didasarkan dari hasil identifikasi gap sumber daya, entah itu surplus atau defisit. Jika terdapat defisit, sebaiknya tentukan untuk merencanakan proses rekrutmen, pelatihan, atau transisi.

6. Penerapan Rencana

Tahapan ini sederhananya yakni menjalankan rencana yang sudah diformulasikan, entah itu rekrutmen pegawai baru, pelatihan pegawai, transisi posisi kerja pegawai, proses pensiun sukarela, maupun penugasan ulang.

7. Monitor, Kontrol, dan Feedback

Di tahap ini Anda dan perusahaan Anda wajib untuk melakukan pemantauan (monitoring), mengontrol, serta mengumpulkan berbagai feedback terkait sumber daya manusia dalam perusahaan.

Tabel 1 Analisis Kebutuhan Hardware

No	Hardware	Jml
1	Laptop	1
2	Smartphone Android	1
3	Kabel USB	1

Tabel 2 Analisis Kebutuhan Software

No	Software	Fungsi
1	Sistem Operasi (OS)	Sebagai media Aplikasi
2	Arduino Studio	Sebagai media codingan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Logo

Logo dari aplikasi ini dibuat menggunakan gambar yang bersumber dari internet dan diolah dan di edit menggunakan aplikasi Photoshop sebagai tanda pengenal dari aplikasi olahraga rumahan ini.



Gambar 1 Logo Aplikasi

2. Tampilan Utama

Pada tampilan utama ini, akan terlihat beberapa pilihan menu yang disajikan pada aplikasi seperti menu Mulai Latihan, menu Apa Itu Olahraga Rumahan, menu tentang aplikasi dan menu keluar.



Gambar 2 Tampilan Utama Aplikasi

3. Tampilan Menu Mulai Latihan

Tampilan ini akan muncul apabila user menekan tombol mulai latihan pada menu utama. Pada bagian ini juga terdapat fitur Searching untuk mempermudah pengguna untuk mencari nama olahraga yang ingin mereka temukan di dalam aplikasi.



Gambar 3 Tampilan Menu Mulai Latihan

4. Tampilan Video dan Penjelasannya

Pada tampilan ini, user dapat melihat tampilan video serta penjelasannya yang berfungsi sebagai petunjuk untuk melakukan olahraga.



Gambar 4 Tampilan Video dan Penjelasannya

5. Tampilan Menu Apa itu Olahraga Rumahan?

Pada tampilan ini, user dapat melihat keterangan tentang pengertian dari olahraga rumahan yang terdapat pada aplikasi



Gambar 5 Tampilan Menu Apa Itu Olahraga Rumahan?

6. Tampilan Menu Tentang Aplikasi

Karena tidak semua orang langsung mengerti maksud dan tujuan dari pembuatan aplikasi ini, maka pada bagian ini penulis memasukkan kegunaan dari aplikasi ini



Gambar 6 Tampilan Menu Tentang Aplikasi

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh penulis, dapat diperoleh beberapa kesimpulan diantaranya:

1. Penelitian ini menghasilkan sebuah Aplikasi Olahraga Rumahan Berbasis Android yang bisa digunakan sebagai media edukasi latihan dalam berolahraga di rumah.
2. Aplikasi ini bisa digunakan tanpa adanya jaringan internet karena aplikasi ini bersifat offline yang mana didalamnya terdapat beberapa jenis olahraga dasar yang bisa dilakukan di rumah tanpa memerlukan alat bantu olahraga lainnya.
3. Di dalam aplikasi ini juga terdapat video serta penjelasan tentang cara tentang masing-masing olahraga.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang berguna dalam pengembangan system selanjutnya antara lain:

1. Video yang digunakan menggunakan bahasa Indonesia atau menambahkan subtitle ke dalam video tersebut.
2. Pengembangan aplikasi selanjutnya diharapkan bisa digunakan bagi pengguna lain selain android.

DAFTAR PUSTAKA

- Dharmika, P., & Dharmika, P. (2020). Penggunaan Aplikasi Nike Training Untuk Panduan Berolahraga Dalam Masa Pandemi Covid-19.
- Jusrianto, J., Zahir, A., & Muthmainnah, A. (2019). Pembuatan Aplikasi Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Berbasis Android pada SMA Negeri 5 Palopo. Seminar Nasional Teknologi Informasi Dan Komputer, 2014, 73–83.
- Oktafianus, R., Palit, H. N., & Dewi, L. P. (2017). Aplikasi sistem Reservasi Fasilitas Olahraga Berbasis Android.
- Titting, Fellyson, Hidayah, Taufik, Pramono, H. (2016). Pengembangan Multimedia Pembelajaran Senam Lantai Berbasis Android Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 120–126.
- Yazid, S., & Jovita, L. D. (2020). DAMPAK PANDEMI TERHADAP MOBILITAS MANUSIA DI ASIA TENGGARA. *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*. <https://doi.org/10.26593/jihi.v0i0.3862.75-83>
- Rizaldi, R. Y. (2018). MAKNA OLAHRAGA CALISTHENICS SEBAGAI GAYA HIDUP ASYARAKAT URBAN MUDA. *Jurnal Ilmiah Konstruksi Sosial Olahraga Calisthenics di Kota Surabaya*. http://repository.unair.ac.id/75120/3/JURNAL_Fis.S.53%2018%20Riz%20m.pdf