

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI..... | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| ABSTRAK | viii |
| ABSTRACT | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah | 5 |
| 1.3 Pembatasan Masalah | 6 |
| 1.4 Rumusan Masalah | 6 |
| 1.5 Tujuan Penelitian | 7 |
| 1.6 Manfaat Penelitian | 7 |
| BAB II KERANGKA TEORITIS | 9 |
| 2.1 Kajian Teori | 9 |
| 2.1.1 Hakikat Pengembangan..... | 9 |
| 2.1.1.1. Siklus Hidup Pengembangan Perangkat Lunak (SDLC) | 9 |
| 2.1.1.2. Model-Model Pengembangan Perangkat Lunak | 11 |
| 2.1.2 Hakikat Sistem Informasi..... | 13 |
| 2.1.2.1 Sistem Informasi Berbasis Web | 14 |
| 2.1.2.2 Model 4D (<i>Four-D Model</i>) | 16 |
| 2.1.3 Hakikat Program Latihan | 22 |
| 2.1.4 Hakikat Komposisi Tubuh | 26 |
| 2.1.5 Hakekat <i>Personal Trainer</i> | 29 |

| | | |
|----------------|--|-----------|
| 2.1.5.1 | Peran Sistem Informasi Berbasis Web dalam Mendukung Kinerja <i>Personal Trainer</i> | 30 |
| 2.1.6 | Hakikat Klien | 32 |
| 2.2 | Penelitian Relevan..... | 34 |
| 2.3 | Kerangka Konseptual dan Hipotesis | 36 |
| 2.3.1 | Kerangka Konseptual | 36 |
| 2.3.2 | Hipotesis..... | 37 |
| 2.4 | Kelebihan (<i>Novelty</i>), Manfaat Website dan Perbandingan Dengan Website Lainnya | 38 |
| 2.4.1 | Kelebihan (<i>Novelty</i>) | 38 |
| 2.4.2 | Manfaat Website | 39 |
| 2.4.3 | Perbandingan dengan Website lainnya | 40 |
| BAB III | METODE PENELITIAN | 42 |
| 3.1 | Jenis Penelitian..... | 42 |
| 3.2 | Tempat dan Waktu Penelitian | 42 |
| 3.3 | Subjek dan Objek Penelitian | 42 |
| 3.4 | Prosedur dan Rancangan Penelitian | 45 |
| 3.4.1 | Prosedur Penelitian | 45 |
| 3.4.2 | Rancangan Penelitian Pengembangan..... | 46 |
| 3.5 | Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data..... | 48 |
| 3.5.1 | Instrumen Penelitian..... | 48 |
| 3.5.2 | Teknik Pengumpulan Data..... | 51 |
| 3.6 | Teknik Analisis Data..... | 51 |
| BAB IV | HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN..... | 53 |
| 4.1 | Deskripsi Hasil Penelitian | 53 |
| 4.2 | Hasil Penelitian | 53 |
| 4.2.1 | Pengumpulan Informasi Sistem Informasi Berbasis Web untuk Pencatatan Program Latihan dan <i>Monitoring</i> Komposisi Tubuh Klien | 53 |
| 4.2.2 | Perancangan Sistem Informasi Berbasis Web untuk Pencatatan Program Latihan dan <i>Monitoring</i> Komposisi Tubuh Klien..... | 55 |
| 4.2.3 | Pengembangan Produk Sistem Informasi Berbasis Web untuk Pencatatan Program Latihan dan <i>Monitoring</i> Komposisi Tubuh Klien | 56 |

| | | |
|-----------------------------|--|-----------|
| 4.2.4 | Evaluasi Produk Pengembangan Sistem Informasi Berbasis Web untuk Pencatatan Program Latihan dan <i>Monitoring</i> Komposisi Tubuh Klien oleh Ahli (Validator)..... | 67 |
| 4.2.5 | Revisi Desain Sistem Informasi Berbasis Web untuk Pencatatan Program Latihan dan <i>Monitoring</i> Komposisi Tubuh Klien..... | 68 |
| 4.2.6 | Uji Coba Produk Tahap I | 68 |
| 4.2.7 | Uji Coba Produk Tahap II..... | 70 |
| 4.2.8 | Produk Akhir..... | 71 |
| 4.3 | Pembahasan Hasil Penelitian | 74 |
| 4.4 | Keterbatasan Penelitian..... | 77 |
| BAB V | KESIMPULAN DAN SARAN..... | 78 |
| 5.1 | Kesimpulan | 78 |
| 5.2 | Saran..... | 78 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | | 80 |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | | 84 |

