

APLIKASI *FITNESS AND HEALTH* BERBASIS *INTERNET OF VIRTUAL*: BAGAIMANA PERSEPSI DAN MINAT MASYARAKAT?

Nur Ahmad Muharram

Pendidikan Jasmani, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jawa Timur

E-mail: nur.ahmad1988@unpkediri.ac.id

Abstrak

Tujuan riset ini merupakan buat membagikan cerminan tentang anggapan serta atensi warga berolahraga di Kediri terhadap aplikasi *internet Of virtual* jenis kebugaran serta kesehatan. Riset ini ialah riset deskriptif dengan tata cara *survey*. Instrumen yang digunakan dalam riset ini merupakan angket berbasis *website*. Riset dicoba dengan melaksanakan *survey* terhadap para praktisi keolahragaan, akademisi di bidang berolahraga kesehatan, dan warga *universal* yang berjumlah 62 responden. Hasil riset menampilkan kalau anggapan responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *net Of digital* jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebesar four, eight%, Baik sebesar 37, 2%, Lumayan sebesar 22, 6%, Kurang sebesar 30, 6%, serta Sangat Kurang sebesar four, 8%. Atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *internet Of digital* jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebesar 12, 9%, Baik sebesar 43, 6%, Lumayan sebesar 29%, Kurang sebesar 11, three%, serta Sangat Kurang sebesar 3, 2%. Secara *universal*, hasil riset menampilkan kalau anggapan serta atensi para praktisi keolahragaan, akademisi di bidang berolahraga kesehatan, dan warga *universal* terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *net Of virtual* jenis kesehatan serta kebugaran merupakan baik.

Kata Kunci : aplikasi, *IOV*, persepsi dan minat

INTERNET OF VIRTUAL BASED FITNESS AND HEALTH APPLICATION: HOW IS COMMUNITY PERCEPTION AND INTEREST?

Abstract

The purpose of this research is to share a reflection of the perceptions and attentions of sports residents in Kediri on the internet application of virtual types of fitness and health. This research is a descriptive research with survey procedures. The instrument used in this research is a website-based questionnaire. The research was tried by carrying out a survey of 62 sports practitioners, academics in the field of health sports, and universal citizens. The results of the research show that the respondents' perceptions of the smart phone application of the surgical system, the net Of digital types of health and fitness, are very good for 4.8%, good for 37.2%, not bad for 22.6%, less for 30.6% and Very Less at 4. 8%. Attention of respondents to the smart phone application of the internet surgery system Of digital health and fitness types Very Good at 12.9%, Good at 43.6%, Fairly at 29%, Less by 11, three%, and Very Less at 3, 2%. Universally, the research results show that the assumptions and attentions of sports practitioners, academics in the field of health sports, and universal citizens regarding the smart phone application of the net of virtual surgery system types of health and fitness are good.

Keywords: *application, IOV, perception and interest*

PENDAHULUAN

Pertumbuhan teknologi dan kemajuan ilmu pengetahuan serta teknologi (*IPTEK*) berusia ini sudah tumbuh sangat pesat, salah satunya merupakan pertumbuhan ponsel pintar (*smartphone*). The Mobile World (Rao & Krishna, 2014, p. 20) melaporkan kalau pada tahun 2014, pemakaian fitur *smartphone* di dunia menggapai 4,25 miliar unit. Perihal tersebut berarti separuh dari populasi yang terdapat di dunia memakai *smartphone*. Warga Indonesia pula ikut menyongsong pertumbuhan teknologi *smartphone*. Pada tahun 2015, Indonesia terletak pada urutan ketiga pengguna *smartphone* paling banyak di Asia Pasifik (Indonesia Investments, 2016).

Fitur *smartphone* yang tersebar memakai bermacam sistem pembedahan, antara lain *iOS*, *Blackberry OS*, *AndroidOS*, serta *Windows*. Di Indonesia, sistem pembedahan Android ialah sistem pembedahan yang sangat banyak digunakan oleh pengguna *smartphone*. Disebutkan kalau pada bulan Juli 2016, pengguna ponsel di Indonesia dengan sistem pembedahan android menggapai 73,8% dari totalitas jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia (Statista, 2017). Berbagai keunggulan sistem pembedahan android menjadikan *smartphone* dengan sistem pembedahan android jadi opsi untuk para pengguna *smartphone* di Indonesia.

Bersamaan dengan dinamika dalam kehidupan tiap hari, kesehatan serta kebugaran sudah jadi kebutuhan berarti untuk manusia. Berbagai teknologi dibesarkan buat menunjang berbagai kemudahan dalam perihal kesehatan serta kebugaran, salah satunya merupakan android. Android ialah suatu sistem pembedahan yang berbasis *Linux* serta dibesarkan secara spesial untuk ponsel pintar (*smartphone*) ataupun pc tablet dengan fitur layar sentuh. Sistem pembedahan Android awal kali dibesarkan oleh *Android, Inc.* pada bulan Oktober 2003 di California, serta diambil alih oleh *Google* pada tahun 2005.

Android dikala ini sudah jadi sistem pembedahan yang sangat banyak digunakan serta jadi sistem pembedahan *mobile* yang memperoleh penjualan sangat besar. Selaku salah satu sistem pembedahan yang sangat banyak digunakan pada ponsel pintar (*smartphone*) memiliki sebagian kelebihan (Safaat, 2014), antara lain: Awal, Basis pengguna Android yang besar, khususnya pada negara-negara tumbuh. Perihal tersebut membagikan kesempatan pasar yang terbuka secara luas untuk para pengembang. Kedua, Android mempunyai komponen fitur lunak yang baik dan mendapatkan sokongan aplikasi. Perihal tersebut membolehkan pengguna bisa secara bebas mengeksplorasi berbagai aplikasi dalam fitur ponselnya. Ketiga, Pengguna bisa mengakses banyak aplikasi lewat gudang aplikasi. Android *Google* selaku gudang aplikasi Android bisa diakses secara gampang. Ada ribuan aplikasi yang bisa diakses, serta diunduh baik secara free ataupun berbayar di dalam gudang aplikasi Android *Google*.

Keempat, Fitur dengan sistem pembedahan Android membolehkan pengguna buat melaksanakan bermacam berbagai aplikasi secara bertepatan. Dengan didukung sistem multi-tasking, pengguna fitur dengan sistem pembedahan Android bisa menelusuri internet, mengakses bermacam aplikasi sosial media, sembari mencermati lagu secara bertepatan.

Bersamaan dengan perkembangannya, sistem pembedahan android yang digunakan dalam smartphone membolehkan pengguna buat mengakses bermacam aplikasi dalam bermacam jenis. Salah satu jenis tersebut merupakan aplikasi dalam jenis health and fitness. Pada tahun 2012, aplikasi dalam bidang kesehatan serta kebugaran menempati ranking kelima dalam Top 10 *ConsumerMobileApplications*, serta pada tahun 2015, tercatat 1, 4 miliar pengguna fitur smartphone sudah memakai aplikasi buat kesehatan serta kebugaran. Dari jumlah 1, 4 miliar pengguna aplikasi smartphone buat kesehatan tersebut, 70 persen antara lain merupakan pengguna smartphone dengan sistem pembedahan android(Rao& Krishna, 2014, p. 20).

Aplikasi dalam jenis *health and fitness* bisa membagikan data kepada penggunanya berkaitan dengan kesehatan serta kebugaran tanpa batas tempat serta waktu, dan bisa menolong pengguna buat menggapai sasaran kekesihatan serta kebugarannya(Higgins, 2016; Prins, Alsaqaf, Hettinga, van Berkel,& Stomphorst, 2015; Rao& Krishna, 2014). Dalam perihal ini, aplikasi dalam jenis kesehatan serta kebugaran yang hendak dikaji lebih lanjut merupakan aplikasi yang digunakan oleh pengguna dalam menolong melaksanakan kegiatan raga. Ada ratusan apalagi ribuan aplikasi dalam dalam jenis kesehatan serta kebugaran yang bisa menolong pengguna dalam melaksanakan kegiatan raga.

Aplikasi kesehatan serta kebugaran dalam ponsel pintar bisa pengaruhi seorang dalam melaksanakan kegiatan raga mengacu pada *theory of planned behavior*(Ajzen, 1991, pp. 179–199). Dalam teori tersebut, kerutinan ataupun sikap seseorang orang dipengaruhi oleh 3 perihal, ialah: perilaku terhadap sikap ataupun kerutinan yang hendak dibangun, perihal dan khasiat yang dialami dari sikap ataupun kerutinan, dan subjektivitas dari beberapa orang. Perilaku terhadap sikap ataupun kerutinan yang dibangun ialah penilaian dari tiap- tiap orang terhadap kerutinan yang hendak dibangun. Perilaku tersebut bisa bertabiat positif ataupun negatif. Perihal yang dialami dari kerutinan yang dibangun berupa tingkatan kesusahan dari kerutinan yang dibangun. Terus menjadi besar tingkatan kesusahan, berbanding terbalik dengan tingkatan pembuatan kerutinan, sebaliknya subjektivitas orang berkaitan dengan anggapan orang terhadap kebiasaan ataupun sikap yang hendak dibangun. Dalam perihal ini, aplikasi kesehatan serta kebugaran yang digunakan bisa meningkatkan perilaku yang positif untuk pengguna dalam melaksanakan kegiatan raga, dan bisa menolong pengguna kurangi tingkatan kesusahan dalam melaksanakan kegiatan raga untuk pengguna yang belum

mengenal metode ataupun tata cara dalam melaksanakan kegiatan raga(Dallinga, Mennes, Alpay, Bijwaard,& Baart De La Faille- Deutekom, 2015; Ernsting et angkatan laut(AL)., 2017; Litman et angkatan laut(AL)., 2015).

Banyak aplikasi dibuat untuk menolong pengguna dalam melaksanakan kegiatan raga, khususnya yang ada pada *Playstore*. Aplikasi tersebut bisa menolong pengguna dalam melaksanakan bermacam kegiatan raga semacam berjalan, berlari, serta bersepeda. Aplikasi yang terdapat hendak merekam/ menaruh riwayat kegiatan raga yang dicoba oleh pengguna lewat *GPS*, mencatat durasi, frekuensi, dan keseriusan kegiatan raga yang dicoba. Sebagian aplikasi pula bisa menolong pengguna dalam menghitung kalori yang digunakan sepanjang melaksanakan kegiatan raga, menunjukkan riwayat kegiatan raga yang dicoba dalam sesuatu periode tertentu dan bisa memberikan kegiatan raga yang dicoba dalam media sosial pengguna.

Bermacam khasiat yang positif bisa diterima dari terdapatnya aplikasi dalam jenis kesehatan serta kebugaran khususnya aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan *android*. Pertumbuhan aplikasi tersebut pula sangat pesat, berikut pula dengan pengembangannya. Bermacam riset serta pengembangan tentang aplikasi jenis kesehatan serta kebugaran sudah dicoba dengan tujuan buat membagikan kemudahan untuk warga secara luas khususnya para pelakon berolahraga dalam bermacam keperluan di bidang berolahraga(Dolgener, Hensley, Marsh,& Fjelstul, 1994; Ernsting et angkatan laut(AL)., 2017; Litman et angkatan laut(AL)., 2015). Tetapi, di salah satu sisi, bermacam kemudahan yang terdapat tersebut belum dimaksimalkan oleh warga secara universal, terlebih warga berolahraga yang kerap berhubungan dalam bidang berolahraga. Bersumber pada survei yang dicoba oleh periset pada tahun 2017, cuma sebagian kecil warga berolahraga di Kediri yang memakai aplikasi jenis kesehatan serta kebugaran buat menolong melakukan kegiatan raga ataupun keperluan lainnya dalam bidang berolahraga. Pemakaian aplikasi kesehatan serta kebugaran masih kalah bila dibanding dengan pemakaian aplikasi media sosial maupun aplikasi berupa *game*. Dalam survei tersebut, perbandingan pemakaian aplikasi kesehatan serta kebugaran dengan aplikasi media sosial masih sangat jauh.

Bersumber pada perihal tersebut, riset ini hendak mengkaji anggapan dan atensi warga berolahraga khususnya di Kediri terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *android* dalam jenis kesehatan serta kebugaran. Tujuan riset ini merupakan buat membagikan cerminan tentang anggapan serta atensi warga berolahraga di Kediri terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *android* dalam jenis kesehatan serta kebugaran. Hasil riset diharapkan bisa berguna selaku cerminan serta proyeksi pasar pada pengembangan aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *android* dalam jenis kesehatan serta kebugaran. Tidak hanya

itu, riset ini pula diharapkan bisa membagikan masukan pada golongan warga berolahraga di Kediri buat menggalakkan pemakaian teknologi spesialnya aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android dalam jenis kesehatan serta kebugaran buat kemajuan bidang berolahraga di Kediri.

METODE

Riset ini ialah riset deskriptif kuantitatif dengan tujuan buat mengenali anggapan serta atensi warga berolahraga di Kediri terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android kategorikesehatan serta kebugaran. Tipe riset deskriptif hendak membagikan paparan ataupun gambaran mengenai suatu perihal, misalnya kondisi, keadaan, suasana, maupun aktivitas (Arikunto, 2010, p. 3). Tata cara yang digunakan merupakan survei dengan teknik pengambilan informasi memakai kuisisioner berbasis website. Skor yang diperoleh dari kuisisioner dianalisis dengan metode analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persen. Subjek riset ini merupakan warga berolahraga di Wilayah Kediri yang berumur 18- 45 tahun, terdiri atas praktisi keolahragaan, akademisi di bidang berolahraga kesehatan, dan warga universal yang aktif olahraga. Populasi tersebut diasumsikan kalau warga berolahraga berumur 18- 45 tahun ialah warga yang masih produktif buat olahraga serta ramah terhadap teknologi spesialnya teknologi ponsel pintar bersistem pembedahan *Android*. Pemilihan ilustrasi bertabiat *nonprobability sampling*, dalam makna kalau pengambilan ilustrasi dalam riset ini tidak membagikan kesempatan yang sama untuk tiap populasi. Pengambilan ilustrasi memakai metode *purposive sampling* buat melaksanakan pilih ilustrasi yang benar benar cocok untuk riset ini, ialah pengguna ponsel pintar (*smartphone*) dengan sistem operasi Android serta ialah warga yang aktif olahraga. Lewat survei, diperoleh 62 responden (n=62) yang ikut dan dalam penelitian ini.

Riset ini memakai instrumen berbentuk kuisisioner berbasis *website*. Statment berbentuk kuisisioner disusun dengan memakai skala *Likert*. Dalam membagikan skor terhadap tiap statment yang dijawab oleh responden, reaksi diwujudkan dengan skor: SS(Sangat Sepakat)= 5, S(Sepakat)= 4, KS(Kurang Sepakat)= 3, TS(Tidak Sepakat)= 2, STS(Sangat Tidak Sepakat)= 1. Dalam proses anggapan serta atensi tersebut, responden hendak mengadakan pengertian menimpa aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *android* jenis kesehatan serta kebugaran. Riset ini memakai 2 bagian kuisisioner yang di dalamnya bertujuan buat mengumpulkan informasi menimpa anggapan serta atensi warga berolahraga tentang aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran. Tiap- tiap

item statment sudah diujicobakan buat penuhi ketentuan *validitas* serta *reliabilitas* instrumen. Metode analisis informasi dalam riset ini memakai metode statistik deskriptif yang dituangkan dalam wujud *persentase*(Sudijono, 2012, p. 43).

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = *Presentase*

F = Frekuensi yang dicari

N = Jumlah total frekuensi

Tabel 1: Interval Skor

Interval Skor	Kategori
> M + 1,5 SD	Baik Sekali
M + 0,5 SD s/d M+ 1,5 SD	Baik
M – 0,5 SD s/d M + 0,5 SD	Cukup
M – 1,5 SD s/d M + 0,5 SD	Kurang
< M – 1,5 SD	Kurang Sekali

Keterangan :

M = *Mean* / rerata

SD = Standart Deviasi

Perolehan skor mentah dari kuisisioner diganti jadi hasil nilai standar memakai Mean(Meter) serta *Standar Deviasi*(*SD*) berskala 5.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Informasi menimpa anggapan serta atensi warga berolahraga di Wilayah Kediri terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran dideskripsikan buat memudahkan penyajian hasil riset(Biddle, Markland, Gilbourne, Chatzisarantis,& Sparkes, 2001; Nelson et angkatan laut(AL)., 2017). Hasil analisis deskriptif informasi anggapan responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran merupakan Rerata ataupun mean(85, 9), Median(88), Modus(76), Standar Deviasi(16, 2), skor optimal(110) serta skor minimum(58). Informasi atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran merupakan Rerata ataupun mean(92, 6), Median(93), Modus(79), Standar Deviasi(12, 34), skor optimal(117) serta skor minimum(65).

Informasi hasil tentang anggapan serta atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran setelah itu disajikan dalam perhitungan kategorial. Secara rinci, hasil evaluasi lewat kuisisioner hendak disajikan Tabel 2 dibawah.

Tabel 2. Perhitungan Kategorial Persepsi Responden

Kategori	Interval	F	%
Baik Sekali	$x > 110$	3	4,8
Baik	$94 < x \leq 110$	23	37,2
Cukup	$78 < x \leq 94$	14	22,6
Kurang	$62 < x \leq 78$	19	30,6
Kurang Sekali	$x < 62$	3	4,8
Jumlah		62	100

Gambar 1: Gambar Tabel 2 Perhitungan Kategori Persepsi Responden

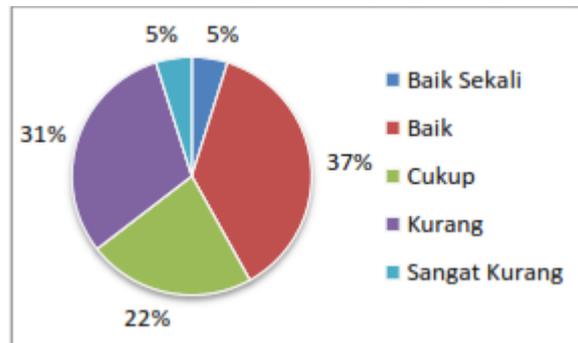
Bersumber pada informasi Tabel 2, dikenal kalau anggapan responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebanyak 3 responden ataupun sebesar 4,8%, Baik sebanyak 23 responden ataupun sebesar 37,2%, Cukup sebanyak 14 responden ataupun sebesar 22,6%, Kurang sebanyak 19 responden ataupun sebesar 30,6%, serta Sangat Kurang sebanyak 3 responden ataupun sebesar 4,8%.

Bersumber pada informasi tersebut, ditunjukkan kalau anggapan responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran bervariasi. Walaupun demikian, sebagian besar responden memiliki anggapan yang positif terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran. Responden dengan anggapan dalam jenis baik serta sangat baik lumayan familier dengan aplikasi kebugaran serta kesehatan. Aplikasi yang diartikan dalam perihal ini merupakan aplikasi yang bisa menolong melaksanakan kegiatan raga semacam berlari, bersepeda, maupun bermacam wujud latihan yang lain.

Responden dengan anggapan jenis lumayan bersumber pada informasi riset merupakan sebesar 22,6%. Perihal tersebut menampilkan kalau ada sebagian responden yang berpikiran aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan ialah perihal positif dalam kehidupan tiap hari, hendak namun tidak familier dengan aplikasi tersebut. Para responden dalam jenis ini mengenali kalau aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan bisa menolong melaksanakan kegiatan raga, namun merasa tidak akrab dengan aplikasi tersebut.

Sebesar tiap-tiap 30,6% serta 4,8% responden memiliki anggapan jenis rendah serta sangat rendah terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan *android* jenis kebugaran serta kesehatan. Perihal tersebut menampilkan kalau masih ada lebih dari 35% responden yang memiliki anggapan negatif terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android kategori kebugaran serta kesehatan. Para responden tersebut tidak memiliki pengetahuan yang lumayan tentang aplikasi yang terdapat dan berpikiran kalau aplikasi tersebut tidak banyak

menolong dalam melaksanakan kegiatan raga, apalagi sebagian responden yang memiliki anggapan jenis sangat rendah berpikiran kalau aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan ialah perihal yang tidak berarti.



Gambar 2. Diagram Sebaran Data Persepsi Responden

Atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran setelah itu disajikan pada Gambar 3.

Kategori	Interval	F	%
Baik Sekali	$x > 111$	8	12,9
Baik	$99 < x \leq 111$	27	43,6
Cukup	$86 < x \leq 99$	18	29
Kurang	$74 < x \leq 86$	7	11,3
Kurang Sekali	$x < 74$	2	3,2
Jumlah		62	100

Gambar 3. Atensi Responden Terhadap Aplikasi Ponsel Pintar

Bersumber pada informasi Tabel 3, dikenal kalau atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebanyak 8 responden ataupun sebesar 12,9%, Baik sebanyak 27 responden ataupun sebesar 43,6%, Lumayan sebanyak 18 responden ataupun sebesar 29%, Kurang sebanyak 7 responden ataupun sebesar 11,3%, serta Sangat Kurang sebanyak 2 responden ataupun sebesar 3,2%.

Informasi di atas menampilkan kalau sebagian besar responden memiliki atensi yang baik terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Sebesar tiap- tiap 43,6% serta 12,9% responden memiliki atensi dalam kategori baik serta baik sekali. Para responden dalam jenis tersebut memiliki kemauan buat memakai aplikasi jenis kebugaran serta kesehatan. Tidak hanya itu, para responden dengan atensi dalam jenis baik serta baik sekali pula memiliki rasa mau ketahui yang besar dan memiliki harapan aplikasi tersebut bisa tingkatkan kegiatan raga, merekam kegiatan raga yang sudah dicoba apalagi menolong dalam penataan program latihan.

Beberapa 29% responden memiliki atensi dalam jenis lumayan terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran. Responden

tersebut memiliki kemauan serta rasa mau ketahu pada aplikasi jenis kebugaran serta kesehatan, hendak namun tidak diiringi dengan kepercayaan kalau aplikasi tersebut bisa menolong dalam melaksanakan kegiatan raga. Apabila responden dengan atensi dalam jenis lumayan hendak memakai aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran, para responden hendak memakainya dengan alibi menjajaki trend semata ataupun cuma buat hanya eksis di media sosial, bukan dengan tujuan utama buat menolong melaksanakan kegiatan raga. Sejalan dengan riset yang dicoba oleh Murnane, et all.(2015, p. 261), kalau aplikasi kesehatan dalam ponsel pintar sudah jadi bagian dari suatu trend, yang bisa menampilkan eksistensi seorang dalam interaksi sosial. Dalam jenis tersebut, responden dengan atensi dalam jenis lumayan terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran menjadikan aplikasi tersebut selaku suatu trend dalam kehidupan keseharian.

Bersumber pada pada theory of planned behavior(Ajzen, 1991, pp. 179- 211), aplikasi kesehatan serta kebugaran yang digunakan bisa meningkatkan perilaku yang positif untuk pengguna dalam melaksanakan kegiatan raga, dan bisa menolong pengguna kurangi tingkatan kesusahan dalam melaksanakan kegiatan raga untuk pengguna yang belum mengenali metode ataupun tata cara dalam melaksanakan kegiatan raga. Dalam perihal ini, seorang dengan literasi kesehatan yang baik hendak menyikapi secara positif pula pada pemakaian aplikasi tersebut dalam melaksanakan kegiatan raga(Ernsting et angkatan laut(AL)., 2017). Tidak hanya itu, pengguna aplikasi tersebut pula hendak menciptakan kemudahan dalam penerapan aktivitas raga ataupun latihan yang dicoba.

Anggapan serta atensi yang negatif tidak secara langsung hendak memunculkan kesusahan untuk seorang dalam melaksanakan kegiatan raga ataupun latihan. Mempertahankan style hidup yang aktif nyatanya susah untuk sebagian banyak orang(Marcus, Forsyth, Stone, Dubbert, McKenzie, Dunn,& Blair, 2000). Tidak hanya itu, ada kesenjangan antara keinginan buat sehat secara raga serta betul- betul aktif buat sehat(Rhodes& Bruijn, 2013). Tetapi demikian perihal tersebut membuka kemung- kinan lain kalau seorang yang melaksanakan kegiatan raga ataupun latihan yang dibantu dengan aplikasi dalam jenis kebugaran serta kesehatan hendak bisa lebih gampang buat melakukan kegiatan raga ataupun latihan dan penerapan dalam langkah-langkah melaksanakan kegiatan raga ataupun latihan.

Wang, Egelanddsdal, Amdam, Almli,& Oostindjer(2016) melaporkan kalau pemakaian aplikasi bisa secara efisien membagikan kenaikan untuk penggunaanya dalam melaksanakan bermacam kegiatan raga serta latihan. Lewat aplikasi yang digunakan buat menolong melaksanakan kegiatan raga ataupun latihan, seorang bisa tingkatan keseriusan

latihan, menggapai berat tubuh yang sempurna, dan mencatat serta mengenali riwayat kegiatan raga ataupun latihan yang sudah dicoba(Wang, Egelanddsdal, Amdam, Almlil,& Oostindjer, 2016, p. 7)

Simamora (2002) mengemukakan kalau anggapan ialah proses yang terjalin di dalam diri seorang dalam melaksanakan pilih, mengorganisasi dan mengintepretasi sesuatu perihal(stimulan) ke dalam sesuatu cerminan yang berarti serta merata. Anggapan bisa dipengaruhi oleh sebagian aspek, salah satunya merupakan aspek pilih perseptual. Dalam aspek pilih perseptual, aspek personal serta stimulus membagikan pengaruh dalam pembuatan anggapan. Aspek personal berhubungan dengan pengalaman, kebutuhan, dan menyesuaikan diri, sebaliknya aspek stimulus misalnya dimensi, tekstur, keunikan, komposisi, serta lain- lain.

Perbandingan anggapan responden dalam riset ini tidak terlepas dari pengaruh aspek pilih perseptual tiap- tiap responden. Tiap orang pada dasarnya memiliki pengalaman, kebutuhan dan proses menyesuaikan diri yang berbeda- beda, spesialnya pada perihal ini merupakan tentang aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Seorang dengan pengalaman yang baik, bisa mendapatkan khasiat, menjadikan aplikasi kebugaran serta kesehatan selaku kebutuhan dan bisa dengan muda menyesuaikan diri dalam pemakaian aplikasi hendak sanggup menimbulkan anggapan yang baik terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Aspek stimulan yang berasal dari aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan pula pengaruhi anggapan orang. Dalam riset ini, perihal tersebut bisa berbentuk tipe aplikasi, dimensi serta kesesuaian aplikasi, dan supporting system dari aplikasi yang digunakan.

Simamora (2002) pula mengatakan kalau ada aspek intepretasi yang bisa pengaruhi anggapan seorang. Dalam perihal ini, intepretasi berhubungan dengan keselarasan antara harapan serta stimulus. Keakraban intepretasi pada kenyataan tergantung pada kejelasan stimulus, pengalaman dan motivasi serta atensi seorang pada pembuatan anggapan. Bersumber pada perihal tersebut, bisa jadi atensi kalau timbulnya anggapan yang bermacam- macam terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan tidak cuma dipengaruhi oleh aspek orang selaku pengguna aplikasi, melainkan pula berasal dari aplikasi yang terdapat.

Ernsting, Dombrowski, Oedekoven, O' Sullivan, Kanzler, Kuhlmei,& Gellert(2017) melaksanakan survei kepada pengguna ponsel serta menciptakan kalau umur, kondisi sosial ekonomi, literasi serta disparitas kesehatan pengaruhi seorang dalam memakai teknologi buat melindungi kesehatan. Dalam perihal ini, anggapan warga spesialnya warga berolahraga di KEDIRI pula dipengaruhi oleh aspek umur, kondisi sosial ekonomi, literasi

dan disparitas kesehatan. Dalam jenis umur yang masih produktif, seorang hendak lebih aktif buat berhubungan dengan teknologi dalam melindungi kesehatan. Begitu pula dengan kondisi sosial ekonomi, dan literasi. Seorang dengan kondisi sosial ekonomi yang baik, didukung dengan literasi yang memadai tentang usaha dalam melindungi kesehatan dengan kedudukan teknologi cenderung hendak memiliki anggapan yang baik pula terhadap teknologi dalam usaha melindungi kesehatannya.

Holland (Djaali, 2007, p. 122) melaporkan kalau atensi ialah kecenderungan hati yang besar terhadap suatu. Bagi Crow and Crow (Dimiyati Mahmud, 2001, p. 56), terdapat tiga faktor yang mendasari munculnya atensi seorang ialah: (1) aspek dorongan yang berasal dari dalam yang bisa berbentuk kebutuhan yang berhubungan dengan jasmani serta kejiwaan, (2) aspek motif sosial, ialah kebutuhan buat memperoleh penghargaan serta area dimanaseorang terletak, serta (3) aspek emosional, yaitu ukuran keseriusan seorang dalam menyimpan atensi terhadap suatu aktivitas ataupun obyek yang ditentukan.

Berkaitan dengan atensi seorang terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan, baik atensi yang positif ataupun negatif berhubungan dengan sebagian aspek dorongan dari dalam, motif sosial, ataupun emosional. Kebutuhan jadi aspek mendasar dalam seorang memiliki atensi terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Tidak hanya itu, area dan penghargaan untuk seorang hendak memunculkan atensi terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Keseriusan seorang dalam memakai aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan pula hendak membagikan akibat pada atensi seorang pada aplikasi kebugaran serta kesehatan.

Sehubungan dengan anggapan serta atensi warga berolahraga terhadap aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan, sebagian besar warga memiliki anggapan serta atensi yang positif. Perihal ini bisa jadi kesempatan untuk pengembangan aplikasi. Dengan anggapan serta atensi yang baik, hingga pemanfaatan aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan bisa terus menjadi baik. Perihal tersebut pula bisa tingkatkan mutu berolahraga serta warga berolahraga khususnya di Kediri. Di lain sisi, anggapan serta atensi yang rendah jadi suatu tantangan dalam optimalisasi aplikasi ponsel pintar dengan sistem pembedahan android jenis kebugaran serta kesehatan. Pengembangan aplikasi sebaiknya disesuaikan dengan kebutuhan warga. Tidak hanya itu, ciri aplikasi pula hendaknya disesuaikan dengan keadaan serta kepribadian yang terdapat pada warga khususnya warga berolahraga.

SIMPULAN

Bersumber pada hasil riset dan pem- bahasan, bisa disimpulkan kalau secara *universal*, anggapan serta atensi para praktisi keolahragaan, akademisi di bidang berolahraga kesehatan, dan warga universal terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran merupakan baik. Anggapan responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebesar 4, 8%, Baik sebesar 37, 2%, Lumayan sebesar 22, 6%, Kurang sebesar 30, 6%, serta Sangat Kurang sebesar 4, 8%. Atensi responden terhadap aplikasi ponsel pintar sistem pembedahan android jenis kesehatan serta kebugaran pada jenis Baik Sekali sebesar 12, 9%, Baik sebesar 43, 6%, Lumayan sebesar 29%, Kurang sebesar 11, 3%, serta Sangat Kurang sebesar 3, 2%.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179–211. [https://doi.org/10.1016/07495978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/07495978(91)90020-T)
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Biddle, S. J. H., Markland, D., Gilbourne, D., Chatzisarantis, N. L. D., & Sparkes, A. C. (2001). Research methods in sport and exercise psychology: Quantitative and qualitative issues. *Journal of Sports Sciences*, 19(10), 777–809. <https://doi.org/10.1080/026404101317015438>
- Dallinga, J. M., Mennes, M., Alpay, L., Bijwaard, H., & Baart De La Faille-Deutekom, M. (2015). App use, physical activity and healthy lifestyle: A cross sectional study. *BMC Public Health*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-21658>
- Dimiyati Mahmud. (2001). *Psikologi suatu pengantar*. Yogyakarta : BPFE Djaali. 2007. Psikologi pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara
- Dolgener, F. A., Hensley, L. D., Marsh, J. J., & Fjelstul, J. K. (1994). Validation of the rockport fitness walking test in college males and females. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(2), 152–158. <https://doi.org/10.1080/02701367.1994.10607610>
- Ernsting, C., Dombrowski, S. U., Oedekoven, M., O’Sullivan, J. L., Kanzler, E., Kuhlmeier, A., & Gellert, P. (2017). Using smartphones and health apps to change and manage health behaviors: A populationbased survey. *Journal of Medical Internet Research*, 19(4), 1–12. <https://doi.org/10.2196/jmir.6838>
- Higgins, J. P. (2016). Smartphone applications for patients’ health and fitness. *American Journal of Medicine*, 129(1), 11–19. <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2015.05.038>

- Indonesia Investments. 2016. Indonesia is the 3rd-Largest Smartphone Market in the Asia Pacific, diakses dari <https://www.indonesiainvestments.com/news/todayshadlines/indonesia-is-the-3rd-largestsmartphone-market-in-the-asiapacific/item6777>, pada 18 Januari 2017.
- Litman, L., Rosen, Z., Spierer, D., WeinbergerLitman, S., Goldschein, A., & Robinson, J. (2015). Mobile exercise apps and increased leisure time exercise activity: A moderated mediation analysis of the role of self-efficacy and barriers. *Journal of Medical Internet Research*, 17(8). <https://doi.org/10.2196/jmir.4142>
- Marcus, B. H., Forsyth, L. H., Stone, E. J., Dubbert, P. M., McKenzie, T. L., Dunn, A. L., & Blair, S. N. (2000). Physical activity behavior change: Issues in adoption and maintenance. *Health Psychology*, 19 (1, Suppl), 32-41. <http://dx.doi.org/10.1037/02786133.19.Suppl1.32>
- Murnane, Elizabeth L., et all. (2015). Mobile health apps: Adoption, adherence, and abandonment. *UBICOMP/ISWC '15 ADJUNCT*. <http://dx.doi.org/10.1145/2800835.2800943>
- Nelson, L., Pollard, H., Ames, R., Jarosz, B., Garbutt, P., & Costa, C. Da. (2017). A descriptive study of sports chiropractors. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20, 24. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2017.09.237>
- Prins, H., Alsaqaf, W., Hettinga, M., van Berkel, S., & Stomphorst, J. (2015). Sports medical app to support the health and fitness of workers. *International Journal on Advances in Life Sciences*, 7(3-4), 75- 86.
- Rao, V. S., & Krishna, T. M. (2014). A design of mobile health for android applications. *American Journal of Engineering Research (AJER)*, 03(06), 20-29.
- Rhodes, R. E. & Bruijn, G. (2013), How big is the physical activity intention-behaviour gap? A meta-analysis using the action control framework. *Br J Health Psychol*, 18: 296309. doi:10.1111/bjhp.12032
- Safaat, N. H. (2014). Android – pemrograman aplikasi mobile smartphone dan tablet pc berbasis android (revisi kedua). Bandung: Informatika.
- Simamora, B. (2002). Panduan riset perilaku konsumen. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Statista. (2017). Mobile OS: Market share in Indonesia 2012-2017, diakses dari <https://www.statista.com/statistics/262205/market-share-held-by-mobile-operatingsystems-in-indonesia/>, pada tanggal 18 Januari 2017.
- Sudijono, A. (2012). Pengantar evaluasi pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Wang, Q., Egelanddal, B., Amdam, G. V, Almli, V. L., & Oostindjer, M. (2016). Diet and physical activity apps: Perceived effectiveness by app users. *JMIR MHealth and UHealth*, 4(2), e33. <https://doi.org/10.2196/mhealth.5114>