

## ABSTRAK

Seiring dengan perkembangan teknologi informasi dan pemanfaatannya di kalangan masyarakat luas, maka mulai banyak pengolahan data dan penyajian informasi secara lebih informatif dan interaktif yang di lakukan oleh pihak di beragam bidang untuk memenuhi kebutuhan masyarakat akan informasi yang aktual, up to date serta menarik. Tak terkecuali dengan maraknya perkembangan tempat gym di daerah Yogyakarta. Untuk itu di perlukan suatu teknologi untuk memberikan kemudahan user dalam mencari informasi tempat gym yang di inginkan.

Pada aplikasi ini menggunakan PHP (*Personal Home Page*), Adobe Flash sebagai script yang akan digunakan dalam pembuatan kode program (*Coding*), MySQL sebagai database serta Microsoft Visio yang akan digunakan untuk desain ERD (*Entity Relationship Diagram*).

Pada skripsi ini telah di bangun sebuah aplikasi latihan pembentukan tubuh agar user (pemula) bisa melihat gerakan dalam membentuk tubuh yang profesional. Pada aplikasi ini menggunakan metode pengembangan sistem yang dilakukan dengan cara waterfall (studi kelayakan) yaitu Pengumpulan Data, Anaisis, Perancangan, Implementasi dan Uji Coba. Pada aplikasi ini terdapat beberapa latihan dalam pembentukan tubuh yang bisa dilihat dalam bentuk gambar dimana user dapat mengikutinya.